# تعرف على شخصية طفلك

أ.د. حسن أحمد شحاتة
أ.مديحة مصطفى حسين






# تعرف على

# شخصية طفلك





**بطاقة فهرسة**

**فهرسة أثناء النشر إعداد الهيئة العامة لدار الكتب والوثائق القومية**

**إدارة الشئون الفنية**

**شحاتة، حسن أحمد**
**تعرف على شخصية طفلك/تأليف: أ.د حسن أحمد شحاتة، أ. مديحة مصطفى حسين.**
**ط١- القاهرة: دار الوفاء للنشر والتوزيع، ٢٠١٨.**
**١٤٤ ص، ٢٠سم.**




الطبعـــــــــــــــــة: الأولى

رقـــــم الإيـــــداع: ٢٠١٨/٣٩٤٦م






دار النشر للجامعات
ص.ب (١٣٠ محمد فريد) القاهرة ١١٥١٨
**E-mail: darannshr@hotmail.com**






# تعرف على

# شخصية طفلك



أ.د. حسن أحمد شحاتة
مستشار الصحة النفسية
استشاري البيئة

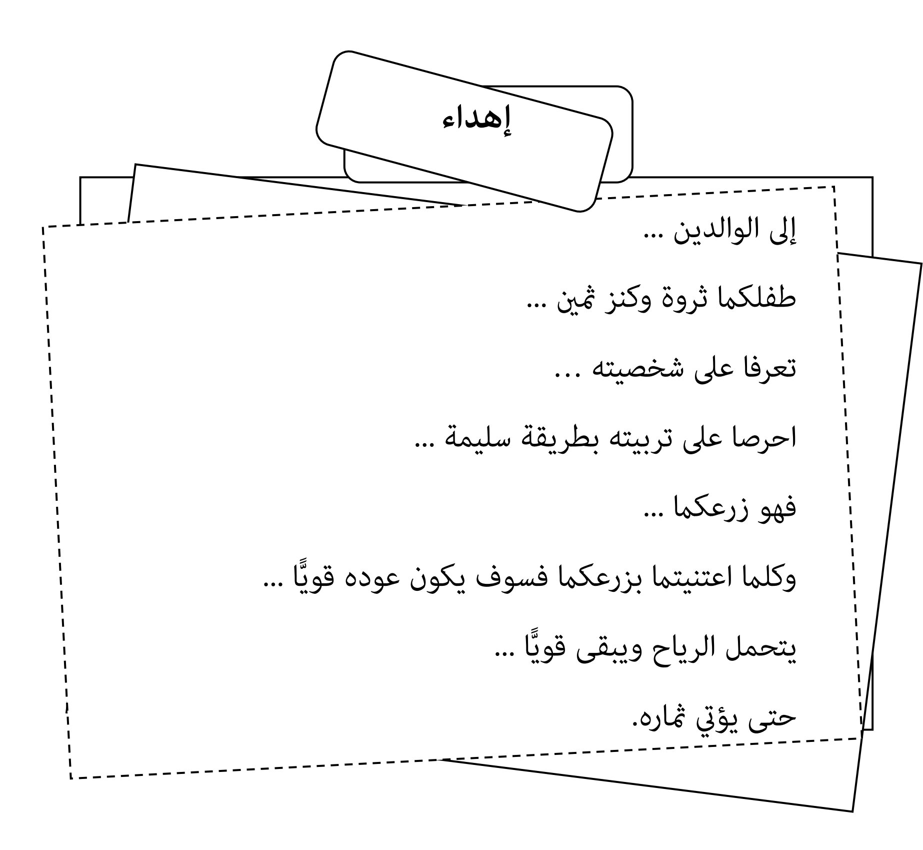
أ.مديحة مصطفى حسين
مستشارة الصحة النفسية
خبيرة تربوية



**بسم اللـه الرحمن الرحيم**





# إهداء

إلى الوالدين ...

طفلكما ثروة وكنز ثمين ...

تعرفا على شخصيته ...

احرصا على تربيته بطريقة سليمة ...

فهو زرعكما ...

وكلما اعتنيتما بزرعكما فسوف يكون عوده قويًا ...

يتحمل الرياح ويبقى قويًا ...

حتى يؤتي ثماره.

**المؤلفان**






MOHAMED KHATAB

## المقدمة





تعـد مرحلـة الطفولـة مـن المراحـل المهمـة في حيـاة الإنـسان؛ فهـي مرحلـة التكـوين لشخـصيته، التي سترافق معه طوال حياته؛ فإذا كانت شخصيَّة الطفل ضعيفة، فإنـه يمكـن إرجـاع ذلـك بالدرجـة الأولى إلى الوالـدين؛ فسلوكهما اليومي معه في البيت يترك آثاره على شخصية الطفل؛ سلبًا أو إيجابًا؛ وبنـاء على طريقة التربية وأسلوب تعامل الأبوين تتكون شخصية الطفل؛ فإما أن ينشأ قـوي الشخصية، ناجحًا في حياته، وإما أن يسيطر الجهل والشقاء عـلى سـلوكه، فتكـثر لديـه النزعة العدوانية أو العزلة الاجتماعية والانطواء عن النّاس.

ومن المؤكد أن جميع الآباء والأمهات حريصون على أن يكـون أطفـالهم أصـحاب شخصيات قوية، وسوف نحاول في هذا الكتاب (تعرف على شخـصية طفلـك) التعـرف على بعض أنواع شخصية الطفل، والعوامل التي ساعدت في تشكيل شخصيته.



وسوف نتناول في هذا الكتاب (تعرف على شخصية طفلك) بعض نماذج من شخصيات الأطفال؛ حيث نتناول كل شخصية بشيء من التفصيل، ومن أهم الشخصيات التي سوف نتعرض لها: شخصية الطفل العنيد، وشخصية الطفل الخجول، وشخصية الطفل الغيور، وشخصية الطفل الأناني، وشخصية الطفل الجبان، وشخصية الطفل الانطوائي، وشخصية الطفل العبقري.

وهناك بعض الأمور التي يجب مراعاتها بصفة عامة عند التعامل مع الأطفال في سنواتهم الأولى، ومن أهمها: أن يعطي الطفل الفرصة لاختيار الأشياء من حوله مع البقاء بقربه لتقديم المساعدة له؛ إذا احتاج إليها، بالإضافة إلى ضرورة إعطاء الطفل الفرصة للتعبير عن رأيه في بعض المواضيع العائلية البسيطة؛ كما يجب تعليم الطفل كيفية التعبير عن رأيه، ومن المهم أيضًا تهيئة الطفل لردود الفعل المختلفة حول تأكيده لذاته، فقد يحاول الآخرون إحباطه عندما يرون بأنه لم يعد مجرد تابع، أو لم يعد بالإمكان استغلاله، ومن المهم هنا تعليم الطفل كيفية اتخاذ القرار في الأمور المتعلقة به مثل: ماذا يشتري بنقوده التي ادخرها؟

وأتمنى أن يحقق هذا الكتاب (تعرف على شخصية طفلك) الأهداف المرجوة، والتي نأمل أن تتحقق من خلال مساعدة الأبوين في كيفية التعامل مع طفلهما، وتربيته بطريقة صحية وسليمة.

**المؤلفان**



# الفصل الأول

## الطفل العنيد



مقدمة:

العناد أو العند عند الأطفال مـشكلة تربويـة، تعـبر عـن حالـة مـن الإصرار عـلى الرفض المتكرر للطفل تجاه الإرشادات الموجهة إليه بدون مُـبرر منطقـي؛ مـما يجعـل الآباء والأمهات في حيرة من أسلوبهم وكيفية التعامل معهم.




وتقول الدكتورة إيمـان دويـدار، استـشاري الـصحة النفـسية للأطفـال: إن العناد الطبيعي لدى الطفل يبدأ مع بداية الـسنة الثانيـة مـن عمـره، وهنـا لا يعتبر سلوكًا مرفوضًا؛ بل يـدل عـلى تقلـب في مزاجـه، ومحاولـة للتكيـف مـع البيئة المحيطة بـه. وأضـافت دويـدار: أن حـالات العنـاد عنـد الأطفـال تـشتد



في سن الخامسة، وبخاصة في رفضهم للانصياع للأوامر التى تتعلق بأوقات نومهم وطعامهم الصحي.

**تعريف العناد:**

العناد عند الطفل يتلخص بعدم سماعه للأوامر التي تصدر من الكبار في المرحلة التي يجب أن يتعلم ويستمع فيها وينصاع إلى ما يمليه عليه الكبار، والعناد يعتبر اضطرابًا سلوكيًا شائعًا بين الأطفال، وقد يكون مقتصرًا على مرحلة وجيزة من طفولته أو تطول إلى أن يصبح العناد صفة ثابتة في شخصيته وسلوكه.

**عناد الطفل .. وواقع الشخصية:**

يجب أن يعرف الكبار أن للطفل حقوقًا لا تختلف عن حقوق البالغين، وأنها ليست حقوقًا مع وقف التنفيذ، أي أنها مؤجلة حتى يكبر، فكثير من الأمور التي يصنفها الكبار بأنها حالة عناد من الصغار تكون بسبب سياسة القمع والسيطرة والانقياد التي تربوا عليها، أو التي يظنون أنها من مقومات التربية الأفضل أو الأخلاق والتهذيب.

ولعل أكثر حالات سوء التفاهم الناشئة عن العناد بين الكبار والصغار هي بسبب ميل الكبار إلى عدم المخالفة، ومن المهم أن نحدد الحقوق والواجبات لتحديد ما الذي يجب أن يقدم للطفل، وما الذي يجب أن يقدمه الطفل تجاه من يتعامل معهم، ثم بعد ذلك يمكن تحديد الشخص العنيد، وفي ضوء هذا التحديد، يمكن مساعدة صاحب الموقف الخاطئ،



من خلال إظهار ما ينطوي عليه الموقف من مخالفة أو تجاوز، فإذا عاند الطفل بعد هذا النوع من التفاهم، فسوف نضعه أمام مسئولياته التي قد يكون من نتيجتها حرمانه من عدة أمور، قد تكون معنوية أو مادية، تجعله يدرك ويفهم أن المعاندة السطحية أو السخيفة قد تكلفه ثمنًا.



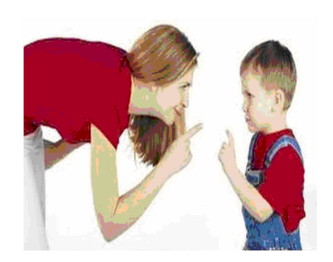
وسوف نحاول أن نبحث الأسباب التي تولد العناد عندالأطفال؛ حتى نتعرف على ما يمكن أن يفعله الأب أو الأم ليجنب ابنه أن يكون عنيدًا، فربما كانت هناك أمور تصدر من الوالدين تجعل ابنهما عنيدًا دون قصد منهما، وربما بسبب جهلهما ببعض الأمور المهمة المرتبطة بسبل التربية الصحيحة، ومتى تعرفنا إلى الأسباب التي تؤدي لعناد الطفل، فإنه يمكننا طرح محاور لكيفية علاج عناد الطفل قبل أن يصبح مرضًا يعاني الطفل منه طوال حياته.



**الأسباب التي تولد العناد لدى الاطفال:**

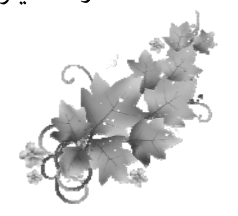
**أولا: الأوامر القاسية:**

التكلم مع الطفل بطريقة قاسية وكأنه جندي مطلوب منه تنفيذ الأوامر دون إعمال العقل أو مناقشة، تعد أحد العوامل التي تولد العناد عند الطفل، فالأب يصدر أوامر ويجب على الطفل أن ينفذها، مثال ذلك: "اطفي التلفزيون الآن وإلا موتك من الضرب ."



**ثانيًا: الخوف الزائد :**

أحيانًا يأتي الحرص أو الخوف الزائد بنتائج عكسية، فنجد أن الأم من شدة الخوف على طفلها، تحاول تقييده، وذلك من خلال مجموعة من الأوامر والنواهي، مثل: لا تفعل كذا، ولا تذهب هناك، وهي تفعل ذلك في الوقت الذي يريد هو أن يجرب وأن يكتشف بنفسه، فهو لا يريد أن يبقى في دائرة الخوف الخاصة بأمه، ولذلك يتولد العناد عند الطفل.






**ثالثًا: الاستسلام لكثرة إلحاح الطفل "زنّ طفلها":**

قد يلجأ الطفل إلى سلوك، وهو متأكد أن أمه سوف تستجيب له، ومن ذلك صراخه وبكاؤه المستمر لتنفيذ رغبة معينة، وبالتالي - وتحت ضغط بكائه وصراخه - تقول الأم له: افعل ما تريد، المهم أوقف البكاء والزن.

**رابعًا: الدلع الزائد:**

يعد الدلع الزائد أحد المشاكل التي يقع فيها الكثير من الآباء والأمهات، ويتلخص مفهوم الدلع في: "إجابة جميع ما يطلبه الطفل، مهما كان طلبه، ومهما كان الوقت الذي يطلبه فيه"، ويعد الدلع من الأمور غير المحببة؛ بل ومن الأمور التي يحذر منها علماء التربية؛ فالطفل المدلل معتاد على أن تجاب كل مطالبه، وبالتالي في حال لم يلب طلبه، سوف يتذمر بالصراخ والبكاء؛ لأنه مدرك بأن رغباته تلبى دائما.





**خامسًا: التقليد والمحاكاة:**

من المعروف أن الطفل كائن يهوى ويجيد التقليد، فعندما يرى أن أحدًا من أهله عنيد، فسوف يقوم بفعل نفس التصرف، ويتحدث ويحاكي بنفس طريقته، وللأسف، فإن الطفل يقلد بعض الأطفال أو الأشخاص بغض النظر عن الشيء الذي يقلده.

**سادسًا: العناد بين الوالدين:**

يجب أن ينتبه الوالدين إلى أن الطفل في هذه الأيام يفهم ويعي أكثر من طفل الزمن الماضي، فإذا كان أحد الوالدين متسلطًا على الآخر، أو كان كل واحد من الوالدين لديه الرأي ومتسلطًا على أن يكون هو الصواب، فإن ذلك سوف ينعكس على سلوك الطفل وشخصيته، فهو كما ذكرنا يميل للتعلم والتقليد.



أشكال العناد:

**١- عناد التصميم والإرادة والتحدي:**

وهو عناد جيد ومقبول، ويجب تشجيعه وتوجيهه؛ كأن نرى طفلًا يريد أن يصلح لعبة، أو أن يعرف كيف صنعت، فعندما نرى من الطفل الإصرار على المحاولة لعمل شيء إيجابي، فهذا يسمى عناد التصميم والإرادة؛ لأنه صمم وكرر الأمر حتى وصل إلى ما يريده بالعزيمة والإصرار.



وأكبر مثال على هذا الشيء .. لعبة الطفل، فعندما يلعب بها وتنكسر فجأة، فنرى منه المحاولة لإصلاحها وجعلها تعمل كما كانت.

هذا العناد من الصور الطيبة، ويجب أن تستغله الأم الاستغلال الجيد بالتعزيز والدعم النفسي، بأن تطور لديه هذه الحاسة إلى أن يكون يومًا ما مهندسًا مثلًا.



**٢- العناد كاضطراب سلوكي:**

يمكن أن نطلق على سلوك معين للطفل أن فيه مشكلة، عندما يصبح هذا السلوك نمطًا في شخصيته، وإذا أصبح نمطًا في شخصيته، فمن الممكن أن يتحول إلى المشاكسة والعنف.

ويحتاج الطفل الذي يملك مثل هذا العناد إلى طبيب نفسي، فهو معتاد على العناد، والمشاكسة، ومعارضة الآخرين.

**٣- العناد مع النفس:**

وهو أن يعذب الطفل نفسه، كامتناعه عن تناول الطعام؛ وذلك حتى يعاقب أمه التي تحاول إطعامه طعامًا معينًا، وفي الحقيقة فإن الطفل قد يعاند نفسه كما يعاند الآخرين، فربما إذا سيطر عليه الغيظ من أمه، وطلبت منه تناول الطعام يرفض وهو جائع، وحينما تحاول الأم إقناعه بالعدول عن رأيه، فإن موقفه يزداد إصرارًا وجوعًا، وهو يحس داخل نفسه بأنه يعذب نفسه بالتضور جوعًا، وبالرغم من ذلك فإنه يكابر، وفي أغلب الأحيان يتنازل في النهاية عن إصراره، بعد فترة يعقبها أول محاولة من التفكير للمصالحة.

**٤- العناد الفسيولوجي:**

وهو نتيجة لبعض الإصابات التي تأتي في الدماغ، وهو نوع من أنواع التخلف العقلي.



**٥- العناد المفتقد للوعي:**

وهو العناد الذي يفعله الطفل ولا يعرف عواقبه، فمثلًا يعانـد الطفـل أمـه التـي تطلب منه أن يذهب للنوم؛ حتى يستيقظ مبكرًا ويذهب للمدرسة.

هذا العنـاد لا تطيقـه الأمهـات؛ لأنـه يمكـن أن يفقـدها صـبرها؛ لأن الأم سـتقوم بعملية إقناع لطفلها الذي يصر على شيء ما، يمكن أن يكون خطرًا عليـه، مثـال: إصرار الطفل اللعب في الشارع رغم وجود السيارات وإمكانية تعرضه لخطر، أو إصراره عـلى تناول الآيس كريم رغم أنه متعب، وبخاصة في الجـو البـارد، كـل هـذا العنـاد مفتقـد للـوعي، ويجـب عـلى الوالـدين محاولـة إقناعـه، وإيجـاد البـدائل المريحـة والمرضـية والصحية.

كيف أعرف أنّ هذا الطفل عنيد؟:

هناك مظاهر كثيرة يبـديها الطفـل تجعلـه يتـصف بالطفـل العنيـد، ومـن هـذه المظاهر ما يلي:

- رفض الطفل النوم في المواعيد التي يحدّدها له الكبار.
- رفض الطفل للتبول.
- رفضه لغسل اليدين أو الوجه عندما يستيقظ من النوم، وهناك مـن يـرفض أيضًا الاستحمام.



- إعراض الطفل عن تناول الطعام الذي يقدم له.
- قدرة الطفل على التحمل والصبر؛ حيث إن الإغراءات التي تعرض عليه لا تؤثّر فيه كما تؤثر في أمثاله، وكذلك لا يمكن تهديده بسهولة كما نفعل مع الأطفال الآخرين.
- الرغبة في السيطرة، حتى لو كان الموقف الذي يريد السيطرة عليه قد يؤدّي إلى الضرر.
- يستطيعون تحمل غضب كبير من الكبار، دون أن تهتز لهم شعرة، ويحسون أيضًا بشيء من اللذة والاستمتاع؛ لأنهم يعتقدون أنهم مسيطرون على الكبار.

كيف تتعامل مع غضب الأطفال؟:

نوبات الغضب تتواجد في كثير من الأطفال بين عمر السنتين إلى ٤ سنوات، وفي بعض الأحيان تكون لها خلفية مرضية، فنجد أن الطفل إذا لم تلب رغبته يصرخ بقوة ويبكي ويرمي نفسه على الأرض، وأحيانًا يدق رأسه في الحائط غضبًا.

ماذا نفعل في هذه الحالة؟

ماذا نفعل لو أن الطفل تصرف هكذا، وخاصة لو حصلت هذه المشكلة أمام الناس، أو في مكان عام؟!



فالطفل يطلب حلوى أو آيس كريم في مجمع سوبر ماركت، أو يطلب لعبة في سوق عام، وعند رفض الأهل يبدأ بالصراخ، ومنعًا للإحراج نرى أن الأهل يلبون طلبه؛ فقط لإسكاته وإبعاد نظرات الناس .

كيف نتحكم في نوبات غضب الطفل؟:

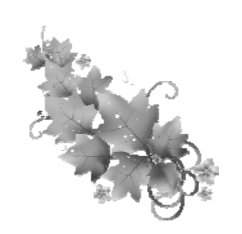
تفيد الأبحاث والدراسات السلوكية على الأطفال بأن تلبية رغبة الطفل عند الصراخ وإعطاءه ما يريد هي السبب الرئيس لجعل هذا التصرف يستمر، مرة واحدة يفعلها الطفل وتصبح عنده عادة .. فيعلم أن أسهل طريقة لفعل ما يريد هو الصراخ والغضب .

ماذا نفعل؟

١- كن هادئًا .. ولا تغضب .. وإذا كنت في مكان عام لا تخجل .. وتذكر أن كل الناس عندهم أطفال، وقد تحدث لهم مثل هذه الأمور.

٢- ركز على الرسالة التي تحاول أن توصلها إلى طفلك، وهي أن صراخك لا يثير أي اهتمام أو غضب بالنسبة لي، ولن تحصل على طلبك.

٣- تذكر .. لا تغضب، ولا تدخل في حوار مع طفلك حول موضوع صراخه مهما كان، حتى لو بادرك بالأسئلة.



٤- تجاهل الصراخ بصورة تامة، وحاول أن تريه أنك مشغول بشيء آخر، وأنك لا تسمعه .. لو قمت بالصراخ في وجهه، أنت بذلك أعطيته اهتمامًا لتصرفه ذلك، ولو أعطيته ما يريد تعلم أن كل ما عليه فعله هو إعادة التصرف السابق.

٥- إذا توقف الطفل عن الصراخ وهدأ، اغتنم الفرصة وأعطه اهتمامك وأظهر له أنك جدًّا سعيد، لأنه لا يصرخ، واشرح له كيف يجب أن يتصرف ليحصل على ما يريد، مثلًا: أن يأكل غذاءه أولًا، ثم الحلوى، وهكذا.

٦- إذا كنت ضعيفًا أمام نوبة الغضب أمام الناس، فتجنب اصطحابه إلى السوبر ماركت أو السوق أو المطعم؛ حتى تنتهي فترة التدريب ويصبح أكثر هدوءًا .

٧- ومن المفيد عندما تشعر أن الطفل سيصاب بنوبة الغضب، قبل أن يدخل في البكاء، حاول لفت انتباهه إلى شيء مثير في الطريق؛ إشارة حمراء، صورة مضحكة، أو لعبة مفضلة.

**طرق التعامل مع الطفل العنيد:**

١- احرصي دائمًا على جذب انتباه الطفل قبل طلب أي شيء منه، وإعطائه أمرًا معينًا.



٢- تجنبي الإكثار من الأوامر الموجهة للطفل، ولا ترغميه على طاعتك.

٣- تجنبي تمامًا ضرب الطفل؛ لأن هذا الأسلوب يزيد من عناده.

٤- يجب عليكِ التحلي دائمًا بالصبر مع الطفل العنيد، وهذا ليس بالأمر السهل؛ إذ يتطلب الكثير من الحكمة في التعامل معه.

٥- احرصي دائمًا على مناقشة طفلك كإنسان كبير، ووضحي له النتائج السلبية التي نتجت عن أفعاله.

٦- احرصي على توضيح استيائك من طفلك من خلال تعبيرات وجهك، كتأكيد على أنكِ لن تتحدثي معه إلا عند توقفه عن سلوكياته العنيدة.

**طريقة التعامل السليمة في حالة عناد الطفل:**

- حاولي جذب انتباه طفلك ومداعبته وملاطفته قبل أن تصدري أوامرك له.
- احرصي على مناقشة طفلك بهدوء عندما تحسين أنه أصبح عنيدًا، وحاولي أن توضحي له تداعيات هذا السلوك الذي يعتبر غير محبب.
- تجنبي كثرة إصدار الأوامر، وإن لم يطيعك في وقتها لا ترغميه على ذلك؛ بل كوني لطيفة معه ومرنة؛ لأن العناد



البسيط الذي لا يحدث ضررًا في سلوك الطفل يمكن أن نغض النظر عنه.

- اسـتخدمي لغـة الحـب والحنـان في خطابـك لطفلـك؛ فبهـذا ستضمنين تجاوبه معك.
- ابتعدي تمامًا عن التعنيف الجسدي؛ لأن الضرب يزيد من عناد الطفل، فالتعامل مع الطفل العنيد يحتاج كثيرًا من الصبر والمرونة، وبدلًا من ذلك يمكن اتباع أسلوب العقاب المبني على الحرمان.




معالجة تربوية:

يؤكد علماء النفس وعلماء الاجتماع على ضرورة التعامل مع الطفل العنيد بطريقة الاستجابة لتصرفه، أي لا نقوم بالصراخ أكثر إذا كان يصرخ، وألا نبدي سخطًا أشد إن كان الطفل في حالة من السخط، وألا



نوجه له عبارات جارحة كرد على استخدامه عبارات عنيفة؛ بل يجب اللجوء إلى الكلام والحديث الذي يناسب الحوار والموقف؛ لنقل الطفل المعاند من حالة الفعل إلى الانفعال، تنقله من حالة الهجوم إلى حالة الدفاع، نحن بذلك نقوم بتغيير حالته السلوكية والفكرية؛ مما يساعد على فتح حوار معه؛ لمعرفة الأساس الذي بنى عليه رأيه أو موقفه المعاند؛ لنقرر ماذا يجب فعله.

أحيانًا قد يكون الطفل على حق في عناده، وقد يكتشف الوالدان ذلك، وإذا ما كان الطفل على حق عليهم أن يتراجعا عن رأيهما أو موقفهما، وأن يصرحا بالأسباب التي بنوا عليها قناعتهم التامة .. في هذه الحالة سيكون الكبار قدوة للتراجع عن موقف العناد في حياة الطفل، ويجب أن يبدأ الآباء والأمهات في ذلك منذ سن الطفولة المبكرة، أما بالنسبة للأطفال الذين هم أكبر سنًّا، فيجب أن نميز بين العناد السلبي والعناد الإيجابي لديهم، فكثيرًا ما يكون العناد نوعًا من طرق التعبير عن الوجود، أو تأكيد وجود الذات تجاه الآخر؛ لأنه أحد الطرق السهلة للفت النظر.

كلمة مهمة لكل أم:

مما لا شك فيه، أن الأم تلعب دورًا مهمًّا في حياة الطفل؛ بل وفي تشكيل شخصيته؛ بحكم قربها منه وارتباط الطفل بها، وخاصة في سنوات عمره الأولى، ولذلك تستطيع الأم أن تفعل في توجيه طفلها ما يعجز عنه



الآخرون، بشرط أن تجيد القيام بذلك الدور، من خلال اختيارها للتوقيت المناسب، واستخدامها لما يناسب طفلها وشخصيته من أساليب.

وتستطيع الأم أن تواجه عناد طفلها، وأن تغير هذه الصفة، وتجعله طفلًا طبيعيًّا يتصرف بطريقة بعيدة عن العناد والتصميم على رأيه، وفي سبيل تحقيق هذه الغاية يجب على الأم أن تتعامل مع طفلها من خلال ما يلي:

١- كوني دائمًا صديقة مقربة لطفلك في كل الأوقات.

٢- حاولي دائمًا أن تكوني الملجأ الآمن الذي يلوذ به عند حاجته.

٣- استمعي له وناقشيه بما يفهمه من كلمات.

٤- عندما تتكلمين معه، اجلسي على ركبتيكِ؛ لتكوني في مستوى رأسه.

٥- انظري إليه وحدثيه.

٦- قبل أن تطلبي منه تنفيذ أمر معين جهزيه ليتلقى هذا الأمر بصدر رحب وينفذه.

٧- اجعلي طلباتك منه ليست على هيئة أوامر صارمة، ولكن اجعليها دعوة مغلفة بالحب والحنان.



وفي الأخير تذكري أن **العناد** هو أمر طبيعي، يمر به كل الأطفال في مرحلة ما من طفولتهم، غير أن الاستمرار في العناد واكتسابه سلوكًا دائمًا يعد مشكلًا يتوجب التعامل معه على وجه السرعة.











# الفصل الثاني

## الطفل الغيور



**مقدمة:**

الغيـرة هي العامل المشترك في الكثير من المشاكل النفسية عند الأطفـال، ويقـصد بذلك الغيرة المرضية التـي تكـون مـدمرة للطفـل، والتـي قـد تكـون سـببًا في إحباطـه وتعرضه للكثير من المشاكل النفسية.

الغيرة .. إحدى المشاعر الطبيعية:

الغيرة إحدى المشاعر الطبيعية الموجودة عند الإنسان كالحب، ويجـب أن تقبلهـا الأسرة كحقيقة واقعة، ولا تسمح - في نفس الوقت – بنموها؛ فقد يكـون القليـل مـن الغيرة مفيدًا للإنسان؛ فهي حافز على التفوق، ولكن الكثير منها يفسد الحياة، ويصيب الشخـصية بـضرر بـالغ، وفي الحقيقـة، فإنـه يمكـن اعتبـار الـسلوك العـدائي والأنانيـة والارتباك والانزواء أثرًا من آثار الغيرة على سلوك الأطفال، ولا يخلو تـصرف طفـل مـن إظهار الغيرة بين الحين والحين، وهـذا لا يـسبب إشـكالًا إذا فهمنـا الموقـف وعالجنـاه علاجًا سليمًا.



أما إذا أصبحت الغيرة عادة من عادات السلوك، وتظهر بصورة مستمرة، فإنها تصبح مشكلة، ولاسيما حين يكون التعبير عنها بطرق متعددة، والغيرة من أهم العوامل التي تؤدي إلى ضعف ثقة الطفل بنفسه، أو إلى نزوعه للعدوان والتخريب والغضب.



والغيرة شعور مؤلم يظهر في حالات كثيرة، مثل ميلاد طفل جديد للأسرة، أو شعور الطفل بخيبة أمل في الحصول على رغباته، ونجاح طفل آخر في الحصول على تلك الرغبات، أو الشعور بالنقص الناتج عن الإخفاق والفشل.

والواقع أن انفعال الغيرة انفعال مركب، يجمع بين حب التملك والشعور بالغضب، وقد يصاحب الشعور بالغيرة إحساس الشخص بالغضب من نفسه ومن إخوانه الذين تمكنوا من تحقيق مآربهم التي لم يستطع هو تحقيقها، وقد يصحب الغيرة كثير من مظاهر أخرى؛ كالثورة أو التشهير أو المضايقة أو التخريب أو العناد والعصيان، وقد يصاحبها مظاهر تشبه تلك التي تصحب انفعال الغضب في حالة كبته؛ كاللا مبالاة أو



الشعور بالخجل، أو شدة الحساسية أو الإحساس بالعجز، أو فقد الشهية أو فقد الرغبة في الكلام.

**الغيرة والحسد:**

ومع أن هاتين الكلمتين تستخدمان غالبًا بصورة متبادلة، إلا أنهما لا يعنيان الشيء نفسه على الإطلاق، فالحسد هو أمر بسيط يميل نسبيًّا إلى التطلع إلى الخارج، يتمنى فيه المرء أن يمتلك ما يملكه غيره؛ فقد يحسد الطفل صديقه على دراجته، وتحسد الفتاة المراهقة صديقتها على طلعتها البهية.



فالغيرة ليست الرغبة في الحصول على شيء يملكه الشخص الآخر؛ بل هي أن ينتاب المرء القلق بسبب عدم حصوله على شيء ما، فإذا كان ذلك الطفل يغار من صديقه الذى يملك الدراجة، فذلك لا يعود فقط إلى كونه يريد دراجة كتلك لنفسه؛ بل وإلى شعوره بأن تلك الدراجة توفر الحب؛ رمزًا لنوع من الحب والطمأنينة اللذين يتمتع بهما الطفل الآخر، بينما هو



محروم منهما، وإذا كانت تلك الفتاة تغار من صديقتها ذات الطلعة البهية، فيعود ذلك إلى أن قوام هذه الصديقة يمثل الشعور بالسعادة والقبول الذاتي اللذين يتمتع بهما المراهق، والتي حرمت منه تلك الفتاة.

ويمكن القول إن الغيرة تدور حول عدم القدرة على أن نمنح الآخرين حبنا، وأن يحبنا الآخرون بما فيه الكفاية، وبالتالي فهي تدور حول الشعور بعدم الطمأنينة والقلق تجاه العلاقة القائمة مع الأشخاص الذين يهمنا أمرهم.

والغيرة في الطفولة المبكرة تعتبر شيئًا طبيعيًّا؛ حيث يتصف صغار الأطفال بالأنانية وحب التملك وحب الظهور؛ لرغبتهم في إشباع حاجاتهم، دون مبالاة بغيرهم، أو بالظروف الخارجية، وقمة الشعور بالغيرة تحدث فيما بين ٣ - ٤ سنوات، وتكثر نسبتها بين البنات عنها بين البنين.

والشعور بالغيرة أمر خطير يؤثر على حياة الفرد، ويسبب له صراعات نفسية متعددة، وهي تمثل خطرًا داهمًا على توافقه الشخصي والاجتماعي، بمظاهر سلوكية مختلفة، منها التبول اللا إرادي، أو مص الأصابع، أو قضم الأظافر، أو الرغبة في شد انتباه الآخرين، وجلب عطفهم بشتى الطرق، أو التظاهر بالمرض، أو الخوف والقلق، أو مظاهر العدوان السافر.



**أسباب الغيرة:**

يرجع الخبراء أسباب الغيرة إلى ما يلي:

**١- الشعور بالنقص والمرور بمواقف محبطة:**

أقسى أنواع الغيرة ينشأ من شعور بالنقص مع عدم إمكانية التغلب عليه، كنقص الجَمال أو القدرة الجسمية أو الثياب والممتلكات من الألعاب.

**٢- عوامل نفسية:**

الخوف من فقدان محبة الوالدين أو أحدهما سبب رئيس في الغيرة بين الإخوة، ومن المنطقي أن يحاول الطفل الغيور - بصورة لا شعورية غالبًا - إزالة منافسه بالاعتداء عليه، أو بالاستهزاء منه، أو بمحاولة تحقيره، أو بالمشاجرات، أو بالأحقاد أحيانًا، وأحيانًا أخرى بتفريغ غيرته بصورة رمزية بالانقضاض على لعبه، أو أي شيء يخص منافسه، فيضربها بقسوة، أو يدوسها ويحطمها أو يرسم منافسه – أخاه - بصورة غير جميلة، وقد يكبت الطفل الميول العدوانية نتيجة تأثير والديه، ويسبب هذا الكبت تأثيرًا نفسيًّا سلبيًّا على الطفل حسب شدته ومدى استمراره.

**٣- الغيرة من المولود الجديد:**

في الحقيقة إن هذا النوع من الغيرة موجود ومنتشر في كثير من البيوت والأسر المصرية، ومما يؤكد هذا الشعور لدى الطفل الغيور عندما يرى أمه



قد وجهت كل رعايتها وأهتمامها للطفل الجديد، فهو يشعر أو يظن بأن أمه أهملته، ولم تعد تحبه، وليست راضية عنه.

ومن المؤكد أن هذا إحساس خاطئ تمامًا، ولذلك ينبغي على الأم الحامل أن تمهد لطفلها عن الضيف المنتظر، وأنه سيصبح حبيبًا له، وأنه سوف يأتي له بالهدايا، وإذا ما وضعت الأم طفلها الجديد، فعليها أن تعلم طفلها الأكبر أن هذا المولود يحتاج للرعاية؛ لأنه لا يقدر على شيء، وتذكره أنه عندما كان مثله كانت له نفس الرعاية.



**٤- المقارنة بين الإخوة:**

المقارنة التي تقوم على أساس الذكاء أو التحصيل الدراسي أو التفوق أو الجمال أو البنية القوية، فإذا ما أخفق أحد الأطفال لا يجب مقارنته بأخيه المتفوق؛ لأن ذلك يؤجج الغيرة في صورة مقرونة بالنقمة والحقد.

**٥- العقاب الجسدي:**

عقاب الطفل الجسدي بالضرب إذا أظهر غيرته نحو أخيه يزيد لديه مشاعر الغيرة السلبية، والتي تظهر على شكل عداء نحوه.



**٦- عوامل اجتماعية وثقافية:**

مازالت – للأسف - عادة تفضيل الذكر على الأنثى في المجتمع واضحة، ولذلك نجد أن نسبة الغيرة في البنات أكثر منها في البنين، كما أن نسبتها تزداد عند الأذكياء أكثر منها عند قليلي الذكاء، كذلك نجد أنها تزداد بين الأطفال الذين لا يوجد فارق في السن بينهم.



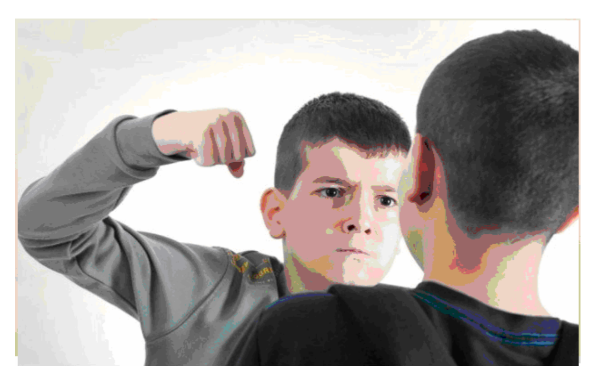
مظاهر الغيرة (الأفعال التي يقوم بها الطفل الغيور):

في الحقيقة، فإن للغيرة مظاهر متعددة، سوف نذكر أهمها فيما يلي:

**١- العدوانية:**

من مظاهر الغيرة عند الأطفال، الضرب أو السب أو التخريب أو الثورة أو النقد لما يحدث في أحيان كثيرة، فالطفل تظهر غيرته من خلال سلوكه العدواني الذي يتصف بالتطاول على من هو أمامه.





**٢- الانطوائية:**

ومن مظاهر الانطوائية، الميل إلى الصمت أو الـتجهم أو الانـزواء أو الإضراب عـن الأكل، أو الرغبة في عدم الخروج، أو عدم الرغبة في اللعب.





**٣- مظاهر فسيولوجية:**

من أهم مظاهر الغيرة الفسيولوجية فقدان الشهية، والصداع، وشكوى الشعور بالتعب، وقد يتطور إلى شعور بالقيء والاضطرابات المعوية.

**٤- مظاهر جسمية:**

من أهم مظاهر الغيرة الجسمية اصفرار الوجه ونقص الوزن والصداع.

**٥- مظاهر أخرى:**

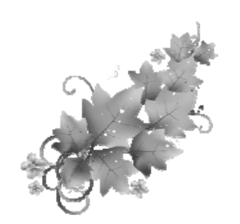
- مص الأصابع.
- الحبو.
- اللجوء إلى البكاء والصراخ.
- التبول والتبرز في ملابسه.
- مطالبة الأم بإطعامه.
- استعمال لغة الأطفال تقليدًا لأخيه الصغير.
- شرب الحليب من الزجاجة.
- النوم في سرير الطفل.
- الالتصاق بالأم.
- قلة النوم.
- الخوف الشديد.



- الامتناع عن تناول الطعام؛ مما يؤدي إلى نقص في الوزن، واعتلال الصحة الجسمية والنفسية لدى الطفل؛ مما يقلق راحة الأهل.
- العناد وعدم الطاعة.
- إلقاء الأشياء من النافذة.
- كسر الأواني، والعبث بزهور الحديقة وأثاث المنزل.
- القسوة على الحيوانات.

وقد يكون التعبير عن الغيرة عند بعض الأطفال بأسلوب عدواني لفظي؛ كالتفوه بكلمات بذيئة والسباب وكلمات التحقير.

وبالطبع ينبغي التعامل مع كل هذه التصرفات على أنها مظاهر لمرحلة عابرة، والمهم معاونة الطفل لاجتياز التجربة والاستفادة منها، لا التركيز على كل مظهر على حدة، ومحاولة علاجه؛ لأن كثرة الملاحظات والأوامر والممنوعات تزيد من ضيق الطفل، وتفاقم مظاهر الغيرة، وتشعر والديه بالإحباط؛ مما يعقد المسألة ويحولها لمشكلة حقيقية لا تجربة عابرة، وفي هذه



الحالة على الأم أن تبذل كل المحاولات لجعل طفلها سعيدًا، وذلك عن طريق تحاشيها التأنيب والتوبيخ والعقاب الذي قد يزيد المسألة تعقيدًا، حتى لو أصاب أخاه الصغير بسوء، فكل هدفنا أن نجعله يلعب معه، ويساعد أمه في خدمته، بدلًا من أن نعزله عنه، فنربي بينهما الكره منذ الصغر، ففي حالة ضربه أو إصابته له، تأخذه الأم بعيدًا في تلك اللحظات، وتجعله مشغولًا دون أن تؤنبه؛ بل تعطيه الحب والأمان.

الغيرة من الأخ الأصغر (التَّوازن في التَّعامل هو الحل):

كثير من الأمّهات يشكون من غيرة الطّفل الأوّل من أخيه أو أخته الأصغر منه، وبخاصة إذا لم يكن الفارق الزمني بينهما كبيرًا، فلا يزال الطفل الأوّل في سنٍّ صغيرة، ويعتمد كليًّا على الأم، ولا يشعر بالأمان إلا بوجودها، ويعتريه الغضب والغيرة الشّديدة إذا انصرفت عنه لعمل أيّ شيء، فما بالك برعاية طفل آخر؟!

وعندما يكون الطّفل هو وحيد والديه، تكون كلّ الأنظار مسلّطة عليه، وكل الحنان مخصصًا له، ويكون هو صغير البيت الذي يحبه الجميع ويدللونه، ويكون محط أنظار باقي أفراد العائلة، لكن عندما يحين موعد قدوم طفل جديد إلى الأسرة، يتغيّر كل شيء، فلا يعود ذلك الطفل هو

الصغير والمدلل، ولا يعود هو من يجذب أنظار الجميع، فتتغيَّر نفسيَّة الطّفل، ويعـاني الغيرة.



وقد تكون الغيرة ناتجة من انعدام الثّقة بالنّفس؛ فالطّفل في هذه الحالة يظنّ أنَّ أخاه أفضل منه، فتزداد غيرته وكرهه له، كما أنها قد تكون نتيجة التّمييز بـين الإخـوة، كأن يفضّل الوالد ابنًا على آخر، أو يدلّل واحدًا دون الآخر؛ فإن هذا التـصرّف الخـاطئ من الوالدين، قد يجعل الطّفل يكره أخاه.

وتقول أمّ لثلاثة أطفال: "الطّفل الأكبر هو من يغار بشكل كبير من أخيـه القـادم، وبخاصّة إن كان المولود القادم ذكرًا، فيظنّ أنّ هذا المولود سوف يأخذ مكانه، وسـوف نرعاه ونقوم بتدليله".



ولذلك، ننـصح بـأن يمـارس الأب والأمّ دورًا كبـيرًا في رعايـة نفـسيّة ابـنهما وعـدم إهماله، وأن لا يكون التّركيز في الاهتمام على المولود الجديد فحسب، ويجب أن يبنيـا بينه وبين أخيه علاقة محبّة، ويشعرا الابـن الأكـبر بأنّـه مـسئول عنـه، وأنّهـما يحبّانـه بالدّرجة نفسها، وهذا الدّور ليس دور الأب والأمّ فحسب؛ بل الجـدة والجـد وجميـع أفراد العائلة".

وتقول إحدى الأمهات: "لقد جنّ جنون ابني عندما عرف أنّ هناك مولودًا جديدًا سوف يأتي، وأصـبح يتّـسم بالعدائيّـة والغـضب الـدائم، ويتـصرّف بقـسوة ويـضربني، ولكنّي بدأت آخذه معي إلى عيادة الطبيبة ليرى أخاه، وأخبره أنّ هذا الطّفـل يـشبهه، وأنّه سيحبّه ويلعب معه مستقبلًا، وسيذهبان إلى المدرسة نفسها، وهكذا هـدأ طفـلي وبدأ يستوعب الأمر، فالطّفل ليّن وسهل، ولكنّه يحتاج إلى من يرعاه ويفهمه".

هذا الوضع المحيّر للأمّ يمكن التخلّص منه بسهولة باتّباع النّصائح التّالية؛ إذ تقول الاختصاصيّة النفسيّة (رواند صالح): "عنـدما ينـام طفلـك الجديـد، أو يكـون في حالـة استرخاء، ولا يحتاج إلى مساعدتك، في ذاك الوقت تحدّثي إليه بصوت عالٍ، حتّى يسمع الأخ الأكبر أو الأخت الكبرى؛ لتقولي له إنّ عليه الانتظار قليلًا حتّى تفعلي شيئًا للأكـبر؛ لأنّه بحاجة إلى ذلك، فإذا سمع الطّفل الأكبر ذلك، سيشعر بالهدوء وعدم الغيرة".



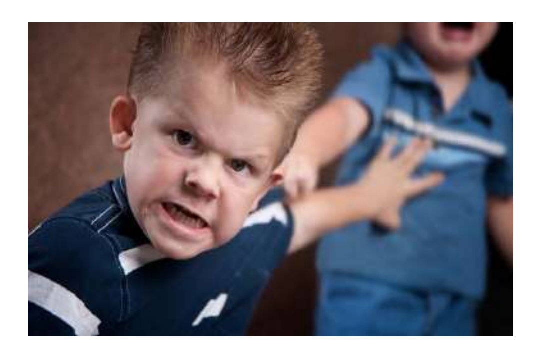
وتضيف: "الطّفل الجديد لن يفهم ما تقولين، ولن يكون هناك أيّ مشكلة بالنّسبة إليه، ولكنّ الأخ الأكبر سوف يشعر بالغبطة والسّعادة؛ لأنّه سيتوهّم أنّ اهتمامك به أكبر؛ لأنّه هو الأوّل، واجمعي صورًا له في الأشهر الأولى من حياته، واجعليه يشاهدها؛ ليشعر بأنّه كان يشبه أخاه في صغره، وكان يحتاج إلى المساعدة، وأنّك كنت تقدّمين إليه هذا العون دائمًا، ولذلك من الطّبيعيّ أن يحتاج الأخ أو الأخت الصّغرى للمساعدة، وسوف يفهم الطّفل الأكبر أنّ الاهتمام يعود إلى سنّ أخيه، وليس لأنّ الأم تحبّ أحد الطفلين أكثر من الآخر".

**الغيرة .. والسلوك العدواني:**

تعتبر مشاعر الغيرة بين الأطفال والأشقّاء أمرًا طبيعيًّا، ولكنّها قد تتطوّر أحيانًا، وتصبح خارجة عن نطاق السّيطرة، إذا ما تحوّلت مشاعر الطّفل الغيور إلى سلوك عدوانيّ، وأدّى ذلك إلى انعدام الثّقة بنفسه أو القلق، وما إلى ذلك، وهنا يأتي دور الأهل في مساعدة طفلهم للتغلّب على هذه الحالة، والّتي تتطلّب الكثير من الصَّبر والتحمّل والعلاج بالحكمة للتّخفيف من حدّة شعوره بالغيرة، وإشعاره بقيمته ومكانته في الأسرة.

لنمنح أطفالنا المحبّة والعاطفة والاحترام والثّقة؛ كي نكسب حبّهم واحترامهم وثقتهم، وبذلك نستطيع أن نمثّل لهم القدوة التي يتمثّلونها،

ويمكن بعدها أن نمارس سياسة اللّين من دون ضعف، والحزم مع الرّحمة، ونفرض هيبتنا التي تدعوهم إلى أن يسلكوا الطّريق الذي نرغب بعفويّة وإرادة.



**سبل وطرق علاج الغيرة:**

يمكن حصر أهم الأسباب التي تساعد في مواجهة الغيرة لدى الأطفال في النقاط التالية:

١- إشعار الطفل بقيمته ومكانته في الأسرة والمدرسة وبين الزملاء.

٢- تعويد الطفل على أن يشارك غيره في حب الآخرين.

٣- تعليم الطفل على أن الحياة أخذ وعطاء منذ الصغر، وأنه يجب على الإنسان أن يحترم حقوق الآخرين.



٤- تعويد الطفل على المنافسة الشريفة بروح رياضية تجاه الآخرين، بمعنى أن يتقبل الخسارة أو الهزيمة، وأن يحاول التعرف على أسباب خسارته؛ حتى يمكنه تحقيق الفوز في المنافسات القادمة.

٥- بعث الثقة في نفس الطفل، وتخفيف حدة الشعور بالنقص أو العجز عنده.

٦- توفير العلاقات القائمة على أساس المساواة والعدل دون تمييز أو تفضيل على آخر، مهما كان جنسه أو سنه أو قدراته.

٧- تعويد الطفل الأناني على احترام وتقدير الجماعة، ومشاركتهم الوجدانية، ومشاركة الأطفال في اللعب، وفيما يملكه من أدوات.

٨- تعويد الطفل على تقبل التفوق، وتقبل الهزيمة؛ بحيث يعمل على تحقيق النجاح ببذل الجهد المناسب، دون غيرة من تفوق الآخرين عليه، بالصورة التي تدفعه لفقد الثقة بنفسه.

٩- يجب على الآباء الحزم فيما يتعلق بمشاعر الغيرة لدى الطفل، فلا يجوز إظهار القلق والاهتمام الزائد بتلك المشاعر، كما أنه لا ينبغي إغفال الطفل الذي لا ينفعل، ولا تظهر عليه مشاعر الغيرة مطلقًا.



١٠- في حالة ولادة طفل جديد لا يجوز إهـمال الطفـل الكبـير، وإعطـاء الـصغير عناية أكثر مما يلزمه، فلا يعط المولود من العناية إلا بقدر حاجتـه، وهـو لا يحتاج إلى الكثير، والذي يضايق الطفل الأكبر عادة كثرة حمل المولـود وكـثرة الالتصاق الجسمي الذي يضر المولود أكثر مما يفيده، وواجـب الآبـاء كـذلك أن يهيئوا الطفل إلى حادث الـولادة، مـع مراعـاة فطامـه وجـدانيًّا تـدريجيًّا بقدر الإمكان، فلا يحرم حرمانًا مفاجئًا من الامتياز الذي كان يتمتع به.

١١- يجب على الآباء والأمهات أن يقلعوا عن المقارنـة الـصريحة، واعتبـار كـل طفل شخصية مستقلة، لها استعداداتها ومزاياها الخاصة بها.

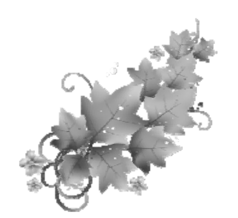
١٢- تنمية الهوايات المختلفة بين الإخوة؛ كالموسيقى والتصوير وجمع الطوابـع والقراءة وألعـاب الكمبيـوتر وغـير ذلـك، وبـذلك يتفـوق كـل في ناحيتـه، ويصبح تقييمه وتقديره بلا مقارنة مع الآخرين.

١٣- المساواة في المعاملة بين الابـن والابنـة؛ لأن التفرقـة في المعاملـة تـؤدي إلى شعور الأولاد بالغرور، وتنمو عند البنات غيرة تكبـت وتظهـر أعراضـها في صور أخرى في مستقبل حياتهن، مثل: كراهية الرجال، وعـدم الثقـة بهـم، وغير ذلك من المظاهر الضارة لحياتهن.



١٤- عدم إغداق امتيازات كثيرة على الطفل المريض، فإن هذا يثير الغيرة بين الإخوة الأصحاء، وتبدو مظاهرها في كراهية الطفل المريض، أو غير ذلك من مظاهر الغيرة الظاهرة أو المستترة.





# الفصل الثالث

# الطفل الخجول



**مقدمة:**

أثناء الزيارات العائلية، وعند انخراط الأطفال في اللعب والمرح فيما بينهم، تجد إحدى الأمهات طفلها قد تشبَّث بها ورفض أن يلعب مع أقرانه، وقد يبادر إلى الصراخ إذا ما حثته على الاندماج مع أصحابه الذين يملئون البيت ضجيجًا وحيوية.





إنه طفل خجول، لكنَّ كثيرًا من الأمهات يُحَمِّلْنَ الأمور أكثرَ مما تستحق، ويعتبرن الأمر مشكلة، وهو غير ذلك؛ فبعد سن الرابعة ينطلق بعض الأطفال في تكوين صداقات، وبعضهم الآخر يتعثر في ذلك، ويستغرق وقتًا لكي يندمج مع من حوله، وكلا النوعين من الأطفال طبيعي، والمهم أن تتقبل الأم ذلك، وألا تظهر قلقها أمام طفلها الخجول أو تشكو إلى جارتها أو صديقتها الأمر، فإن فعلت ذلك فإن ما تقوله سيشكل وجهة نظر الطفل عن نفسه.

**الخجل .. ظاهرة طبيعيَّة:**

ومن جهة أخرى، فإن الخَجَل ظاهرة طبيعية في الأطفال، وخاصة في سنواتهم الأولى، فمذ أن يفتحَ الطفل عينيه على العالَم يبدأ باستكشافه، فيرتاح إلى المحيط الذي تعوَّد عليه، والوجوه التي يراها في كل وقت.

والمُلاحَظ أنَّ غالبية الأطفال في سنتهم الأولى يديرون وجههم عن الغرباء (بمفهومهم)، ولا يقبلون أن يحملوهم، ويبقون معلّقين بأمهاتهم، أو مَنِ اعتادوا عليهم، مثل العم أو الخال أو الخالة.

ويخفُّ هذا الشعور تدريجيًّا حين ينخرط هؤلاء الأطفال في مجتمعاتهم، ويبدءون بتوسيع شبكة اتصالهم بمَن حولهم.



والخجل حالة قد يُصاب بها الكبار أحيانًا، حين يواجهون مواقف معيَّنة، كالتحدُّث أمام جَمْع كبير منَ الناس، أو التعـرُّض للتقيـيم، أو الوجـود في مكـان لا يعرفـون فيـه أحدًا، فهذا خجل طبيعي.



الأطفال يشعرون بالخجل حين يدخلون الحضانة لأول مرة مثلًا، أو بيوت أصدقاء الأهل في زيارة، وعلى الأهل التريُّث حينها في إطلاق صِفة الخجل المَرَضيّ على أطفالهم، وعليهم أن يتنبَّهُوا إلى العوارض التي تظهر على طفلهم، ويكون فعلًا خجولًا إلى درجـة تؤثِّر على تواصُله مع الآخرين، ونظرته لذاته وانطوائه على نفسه، فحـين يُـصبح الأمـر لافتًـا ودائمًـا، بحيـث لا يـستطيع أبـدًا التـأقلُم مـع المحـيط، أو بنـاء شـبكة علاقـات اجتماعية، أو يتدهور إنتاجه في المدرسة، فهنا يجب عليهم الإسراع في اتِّخاذ الإجـراءات العلاجية؛ لأنه إن بقي الطفل عـلى خجلـه، فتـأثير ذلـك مـستقبلًا كبـير عـلى الـصعيد الشخصي، والدراسي، والمهني، وخاصة على صعيد العلاقات الاجتماعيَّة.

إذًا، تُطلَق صفة الخَجَل على الفئة التي تعـدَّت الـسنة الثالثـة مـنَ العمـر، وهـي تفضل الوجُـود في مـؤخِّرة الـصفوف، ولا تنخـرط في المجموعـة التـي توجـد فيهـا - في الصف أو في أي نشاط خارجي كالرياضة مثلًا - فحينهـا يُمكـن اعتبـارُ الخجـلِ فقـدانًا للثقة بالنفس، وذا عوارض مرَضيَّة.

**تعريف الخجل:**

من المهم جدًّا، أن نوضح أن هناك فرقًا كبيرًا بـين الخجـل والحيـاء، فالحيـاء هـو: "التـزام الطفـل بمنهـاج الفـضيلة وآداب الإسـلام، والحيـاء محبّـب في الإسـلام وخاصـة للإناث"، أما الخجل فيعرف بأنه: "تصرّف انفعالي يـسبّب الانطوائيّـة للطفـل وابتعـاده عن غيره من الناس".

وهناك تعريف آخر للخجل عند الطفل، وهو أنه: "الانطواء على الـنفس، ورفـض مشاركة من في عمره في اللعب، أو هو عدم القدرة على الأخذ والعطـاء مـع أقرانـه في المحيط الذي يعيش فيه، أو هو فقـدان الثقـة بـالنفس والـشعور بـالنقص مـع توقّـع الخطر، والنقد الدائم له من قبل الآخرين".

وكل ما سبق يمكن أن يطلق عليه الخجل السلبي، أما الخجل الطبيعـيّ، فهـو مـا يطلق عليه الحياء، وهو التزام الطفل بمنهج الفضيلة والأخلاق وآداب الدين.



**صفات الطفل الخجول:**

يمكن حصر بعض صفات الطفل الخجول في النقاط التالية:

١- النظر إلى أسفل عندما يتحدَّث إليه الكبار.



٢- يراقب الأطفال عن بعد ولا يختلط بهم.

٣- يفضل أن يزوره الآخرون بدلًا من مواجهة بيئة جديدة.

٤- قد يختبئ عندما يأتي زائرون إلى منزله وقد يبكي.

٥- وفي الأماكن غير المألوفة قد يلتصق بوالديه معظم الوقت.

٦- يتقبَّل الأشياء بصعوبة، مثل: طعام جديد أو طريق جديد إلى مدرسته.

٧- عدم الإقبال على خوض المواقف والخبرات الجديدة.

٨- التراجُع عن كثير منَ الأمور التي يُخَطِّط لها في خياله.



٩- قلة الأصدقاء، وعدم إقامة علاقات اجتماعية مع أقرانه.

١٠- الميل إلى الانسحاب، والعزلة أحيانًا.

١١- الحساسية الانفعالية، والتأثُّر السريع بالنقد.

١٢- الشعور بأنه مُستَهْدَف منَ الآخرين ومراقَبٌ، حتى مِن نظراتهم وتصرُّفاتهم.



**أشكال الخجل:**

هناك أشكال وصور كثيرة للخجل، سوف نذكر أهمها في السطور التالية:

**١- خجل الاختلاط بالآخرين:**

وهذا النوع من الخجل يتمثل في نفور الطفل من الحديث والتواصل مع أقرانه من الأطفال، وأيضًا زملاء المدرسة، فهو يتجنب الدخول معهم في مناقشات، كما يتجنب الرد عليهم بمحاولة الابتعاد عنهم وعن تجمعاتهم،



ولا يقتصر ذلك على زملائه وأقرانه من الأطفال؛ بل ينطبق على الأهل والأقارب وأصدقاء الأسرة.

**٢- خجل الحديث:**

ويمثل هذا النوع من الخجل في التزام الطفل الدائم بالصمت، واقتصار إجاباته على القبول أو الرفض، دون الدخول في التفاصيل أو محاولة الإيضاح.

**٣- خجل المظهر:**

ويتمثل هذا النوع من الخجل الذي يعتري الطفل عند ارتدائه لملابس جديدة، أو حتى مجرد تغيير تسريحة شعره.

**٤- خجل الاجتماعات:**

ويتمثل هذا النوع من الخجل في ابتعاد الطفل عن المشاركة في الرحلات، أو التجمعات، أو المناسبات العامة كحفلات الزواج أو أعياد الميلاد.





**أسباب الخجل عند الأطفال:**

في الحقيقة إن هناك مجموعة من الأسباب والعوامل والظروف التي تتسبب في إصابة الطفل بصفة الخجل، وسوف نحاول في السطور التالية حصر أهم هذه العوامل ومناقشتها بصورة مختصرة.

**١- الوراثة:**

فعندما يكون هناك أحد في عائلة الوالدين يتصف بالخجل، فإنّ الطفل الجديد يكون لديه الفرصة الأكبر بالإصابة بالخجل؛ فالجينات الوراثية تنقل الصفات من الوالدين إلى الأبناء.

**٢- اضطرابات الأم أثناء الحمل:**

تؤثر فترة الحمل جدًّا في مواصفات الطفل المولود، فعندما تعاني الأم من اضطرابات أثناء هذه الفترة، فإنّها قد تسبّب اكتساب الطفل لصفة الخجل.

**٣- خوف الأم الزائد على الطفل:**

يعد حرص الأم وخوفها الزائد على طفلها من الأمور غير المحببة، والتي قد تنعكس سلبًا على شخصيته مستقبلًا، فالأم نتيجة خوفها على طفلها تمنعه من القيام بأيّة خطوات لنفسه، وتغرس لديه الخوف من البيئة المحيطة.



**٤- العقوبة القاسية:**

فعندما تتم معاقبة الطفل بشكلٍ قاسٍ عند ارتكابه لأيّ خطأ سيسبب له الإحباط والخوف.

**٥- المشاكل والخلافات الزوجية:**

تؤثر المشاكل والخلافات الزوجية تأثيرات بالغة وبطريقة مباشرة على شخصية الطفل، وربما يكون من شأنها أن تسلب الطفل الشعور بالأمان، فينطوي على نفسه ويلوذ بالخجل، وللأسف يكبر ويشب على ذلك.

أسباب أخرى للخجل:

- شُعُور الطفل بعدم الأمان؛ نتيجة التعامُل السلبي مِنَ الوالدين، أو قسوة الأب عليه وعلى والدته وإخوته.
- الحماية الزائدة مِن قِبَل الوالدين، والأم خاصة.
- تقليد الأم عندما تُبدي مواقفها نحوه، أو خجلها الاجتماعي.
- عدم إتاحة المجال له للخُرُوج، وممارسة الأنشطة الاجتماعية مع أقرانه أو مع الآخرين.
- التعرُّض للنَّقد مِنَ الآخرين، والكلام الجارح والاستهزاء.



- المرور بخبرات فاشلة في المواقف الاجتماعية أو المدرسـية، تجعلـه لا يميل إلى تَكرارها.



**احتياجات الطفل الخجول :**

تقول الدكتورة/ سـوزان إي جوتليـب، استـشارية طـب الأطفـال: "الخجـل صـفة وليس عيبًا، فالطفل لا يختار أن يكون خجولًا، وليس له سيطرة على هذه الصفة، وقـد يمارس الوالدان ضغوطًا عـلى هـذا الطفـل؛ لأنهـم يعتـبرون الخجـل عائقًـا، فيكـون رد فعلهما هو الـصراخ في وجهـه أو مـضايقته أو دفعـه إلى خـوض المواقـف الاجتماعيـة، وهذا ما يشعر الطفل أن والديه خاب أملهما فيه أو أصابهما الغضب، وهو ما يفقـده ثقتَه بنفسه".



ونؤكد هنا، أنه بمساعدة الوالدين يستطيع الطفل الخجول أن يصبح اجتماعيًّا، فهو في أمَسِّ الحاجة إلى المساندة في المواقف الاجتماعية، فالناس والمواقف الجديدة يشكلان مصادر ضغط قوية، فعلى الوالدين أن يأخذا في اعتبارهما ضرورة المكث معه في اللقاءات الأولى القليلة لمجموعة اللعب الجديدة عليه، ويمكن تخفيف أثر التكيف مع الحضانة، من خلال مقابلة طفل أو طفلين من زملاء الفصل مسبقًا، فإن رؤية وجوه مألوفة في أول يوم قد يحمي الطفل من الارتباك.

من ناحية أخرى، فإن مساعدته على الحضور مبكرًا إلى الأماكن الجديدة يخفف تلك الصفة قليلًا؛ كأن يحضر إلى نادي الكاراتيه قبل بدء الدرس والتمارين؛ وذلك لتبديد الشعور بالغربة للمكان، كما أن حضور الوالدين مبارياته شيء مهم جدًّا؛ لإعطائه الشعور بأنَّهما معه، إضافة إلى مناقشته بشأن المباريات التي شارك فيها، وعن مقترحاته للمباريات القادمة.

ويستطيع الوالدان مساعدة طفلهما الخجول بالتفهم والمساندة والتعاطف، وذلك من خلال إبراز مزاياه وصفاته الطيبة واستغلالها، فإن امتلاك خبرة في أحد المجالات يمكِّن الطفل من التصرف بثقة، ولو في ميدان واحد على الأقل، والطفل يسعده الحديث مع قرنائه عن أمر يعرفه جيدًّا، وبمجرد أن يقيم علاقة أولية مع الأطفال الآخرين لا تلبث العلاقات أن تزدهر، وقد يمثل له الأطفال الذين يصغرونه في البداية رفقاء لعب أفضل وأقلَّ تحديًّا.

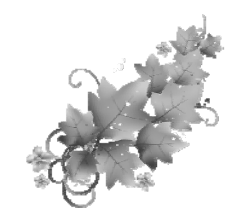


بالإضافة إلى ذلك، فإنه يمكن خلق نوع من الاهتمام بهذا الطفل؛ فإحضار كعكة عند زيارة الأقارب والأصدقاء سيولد انتباهًا إيجابيًّا، وغير ذلك من الأساليب توجد طريقة لعبور تلك اللحظات القليلة الأولى المحرجة، ثم يجد الطفل نفسه يتفاعل مع مَن حوله قبل أن يتيح له الوقتُ الانتقالَ إلى الخجل.

**كيفيّة التعامل مع الطفل الخجول:**

كما ذكرنا سابقًا يجب محاولة التخلص من هذه المشكلة قبل أن تكبر مع الطفل؛ لأنّها قد تؤخر تحصيله الدراسي وقدرته على الإبداع والإنجاز، وسنقدم بعض النصائح التي تفيد في التخلّص من عادة الخجل عند الطفل:

- محاورة الطفل وإقناعه بأنّ الخجل ليس هو نفسه الحياء، وأنّ الخجل سيفقده أصدقاءه ومن يحب، وأنّه لا يوجد ما يخيف بالبيئة المحيطة، فالجميع يمكن أن يخطئ أو يصيب، حتى الناجحين في حياتهم.
- إشراك الطفل في المناسبات الاجتماعية المختلفة، وتحفيزه على المشاركة بالحديث وإبداء الرأي واللعب مع الأطفال الآخرين وتقبّل الغرباء بدون خوف.
- محاولة زرع الثقة في نفسه، سواء من خلال المكافأة، أو تعويده على الحديث مع نفسه بإيجابية.



- في حال لم تجد الطرق العادية في التخلص من الخجل عند الطفل، يمكن طلب الاستشارة من ذوي الاختصاص.

**علاج الخجل:**

- توفير الجوِّ الهادئ في البيت، بعيدًا عن التوتر، وعدم تعريض الأطفال للمواقف التي تؤثر في نفوسهم، وتشعرهم بالقلق والخوف وعدم الاطمئنان، ويتحقق ذلك بتجنب القسوة في معاملاتهم، وبتجنب المشاحنات والمشاجرات التي تتم بين الوالدين أمام أطفالهم.
- يتحتم على الآباء أن يوفروا لأولادهم الصغار قدرًا معقولًا من الحب والعطف والحنان، وعدم نقدهم وتعريضهم للإهانة أو التحقير، وخصوصًا أمام أصدقائهم أو أقرانهم؛ لأن النقد الشديد والإهانة أو التحقير – وخصوصًا أمام أصدقائهم - يشعر الطفل بأنه غير مرغوب به، ويزيد من خجله وانطوائه.
- تعويد الطفل على الحياة الاجتماعية، سواء باستضافة الأقارب في المنزل، أو إشراكه في ألعاب جماعية، أو مصاحبتهم لآبائهم وأمهاتهم في زيارة الأصدقاء والأقارب، أو الطلب منهم برفق أن يتحدثوا أمام غيرهم، سواء كان المتحدث إليهم كبيرًا أو صغيرًا، وهذا التعويد يضعف في نفوسهم ظاهرة الخجل، ويكسبهم الثقة بأنفسهم.

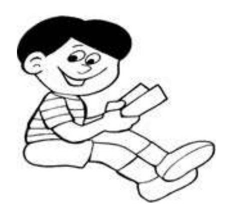
- إتاحة المجال للطفل؛ للتعبير عن حاجاته وهواياته.
- الاستماع للطِّفل بين الحين والآخر، ودعوته للحديث عن مشاعره الانفعالية.
- إشراكه في الأنشطة الاجتماعيَّة المناسبة له، واللعب مع أقرانه، ومساعدته في إقامة صداقات معهم.
- رفْع مستوى ثقته بِذاتِه، عن طريق إظهار طاقاته وقدراته، التي لا يستطيع أن يراها بشكْلٍ جليٍّ وواضِحٍ.
- التركيز على التشجيع والمديح، وإبراز جوانب القوة، وعدم التركيز على خبرات الفشل، والتعرُّض للنقد الشديد، والعقاب والحرمان المستمر.
- عدم إجباره على خوض مواقف أعلى من مستوى قدراته.
- عدم التمييز في المعامَلة بينه وبين إخوانه، ونعته بسمات سلبيَّة أمام الآخرين.

نصائح خاصة بالأم:

- امدحي كل إيجابياته الاجتماعية؛ كمساعدته لأحد إخوته، أو اللعب معهم، أو حين يبدأ في الحديث مع الآخرين.
- شجِّعيه على ممارسة أي نوع من أنواع الرياضة؛ فهذا يمنحه لياقة بدنية، فيزداد ثقة بنفسه.



- حاولي أن تدرِّبيه كيف يثق بنفسه من خلال التحدث عنه أمام الآخرين بفخر وإعزاز، واتركيه يتصرف في شئونه بطريقته دون أن تُمْلي عليه ما يجب أن يفعل.
- لا تتدخلي لتدافعي عنه في المواقف الخلافية بينه وبين إخوته؛ بل دعيه يتصرف من تلقاء نفسه، حتى لو تعرَّض إلى الضرب، والحالة الوحيدة التي يمكنك التدخل فيها إذا كان هناك خطر ما يتعرَّض له أحد المتشاجرين.
- شجِّعيه – في بعض الأحيان - على اللعب مع بعض أقاربه أو جيرانه أو زملائه بالمدرسة الأصغر سنًّا (أصغر بسنة أو سنتين فقط بحد أقصى)؛ حتى يتعلم القيادية لا التبعية.
- حاولي أن تمثلي مع أولادك لعبة الضيوف، كلٌّ له دور، ومن خلال هذه اللعبة يمكنك أن تعلِّمي ابنك كيف يحسن التصرف سواء كان ضيفًا أو مضيفًا.
- عليك أن تتركي للطفل الحرية في اختيار أصدقائه وطريقة لبسه، حتى في حالة عدم موافقتك على هذه الطريقة.









# الفصل الرابع

## الطفل الأناني



**مقدمة:**

تتمثل الأنانية عند الأطفال في اهتمام الأطفال بأنفسهم وبمصالحهم، دون الاهتمام بمصالح الآخرين، وتقتصر نظرة الأطفال الأنانيين على حاجتهم الخاصة فقط؛ حيث تكون احتياجاتهم هي محور حياتهم.

وتبدأ مرحلة الأنانية عند الأطفال في سنوات الصبا؛ حيث يمر الأطفال جميعًا بنوع من الأنانية، ويجتاز معظم الأطفال هذه المرحلة بشكل صحي بعد مرور فترة بسيطة من الوقت، إلا أن بعض الأطفال يحتفظون بها حتى الكبر.





يعتبر الطفل الأناني هو ناتج ومحصلة البيت الأناني؛ فكل فرد في الأسرة الأنانية يهتم بنفسه، فلا يجد من يهتم به من أفراد الأسرة؛ بل إن إخوته يأخذون منه ما يمتلك، فيعيش محاربًا للدفاع عن حقه؛ لإثبات ذاته بين أفراد الأسرة؛ ومن ثم يكتسب الأنانية.

**تعريف الأنانية:**

هناك تعريفات عديدة للأنانية، منها أنها: "هي التمركز حول الذات، والحب المفرط لها، والاستيلاء على الأشياء، دون إشراك أي شخص آخر".



إن الطفل خلال الأشهر الثماني عشر الأولى من عمره يتصرف وفق المفهوم التالي: كل ما تقع عليه عيني وكل ما تصل إليه يدي فهو ملكي، وليس لأحد أن ينازعني فيه مهما كانت الظروف.

إنه يبدأ حياته متصورًا أنه وحده في هذا العالم، وينظر إلى كل ما حوله من أفق رؤيته الشخصية، وتشتد الأنانية لدى الطفل في عاميه الثالث والرابع، ويكون مؤمنًا بالمشاركة بقوة في عاميه السابع والثامن.

**لماذا تعد الأنانية مشكلة؟:**

يشير المتخصصون في عالم الطفل إلى أن الأنانية - في الغالب - هي مرحلة تنتهي عند سن معين، ولكنها إذا تحولت لسلوك وأصبحت جزءًا من الشخصية، فإنها ستستمر مع الشخص طيلة حياته، وتصبح في هذه الحالة مرضًا سلوكيًا، ويتساءل البعض" مادام الطفل سيتخلص من الأنانية مع نموه، فلماذا إذن ننظر إليها على أنها مشكلة؟



ونجيب عن هذا التساؤل، ونقول: إن الأنانية تعد مشكلة لسببين رئيسين، وهما:

١- وقوع الآباء في الحرج؛ بسبب امتناع الطفل عن مشاركة إخوته وأقاربه وجيرانه وأبناء الضيوف في ألعابه وأدواته؛ مما يؤدي إلى



تكرار وقوع المشاجرات بينه وبينهم لهذا السبب، أو عندما يرفض أحد إخوته منحه أشياءه الخاصة.

٢- احتمال استمرار النزعة الأنانية لدى الطفل؛ حيث يكبر شحيحًا، لا يشارك غيره، ولا يعطي ولا يفكر إلا في نفسه، إذا لم يتعامل الآباء مع هذه المشكلة بحكمة.

**أسباب الأنانية لدى الطفل:**

يؤكد المتخصصون أن هناك مجموعة من الأسباب التي تتسبب في كون الطفل أنانيًّا، وسنحاول حصر أهم تلك الأسباب ومناقشتها على عجالة، وهي:

**١- الأنانية سلوك مكتسب:**

يمكن أن تكون الأنانية سلوكًا يكتسبه الطفل من الأسرة أو من البيئة التي يعيش في نطاقها، أو البيئة المحيطة به، ويحدث ذلك عندما يلاحظ الطفل أن إخوته الكبار مثلًا مهتمون بشئونهم وحريصون على السيطرة على كل شيء، فيظن أن هذا هو الشيء الطبيعي.

**٢- الشعور بالإهمال:**

قد يكون عدم الاهتمام بالطفل والذي يصل إلى حد الإهمال، السبب في شعور الطفل بأنه مُهمَل من قبل المحيطين به، حيث يدفعه ذلك إلى التقوقع على نفسه، والاهتمام بشخصيته وأشيائه مقلدًا الآخرين، كما أنه يلوذ بممتلكاته؛ تعويضًا عما يفتقده من الشعور بالحب والاهتمام.





**٣- الشعور بالعجز وضعف الثقة بالنفس:**

هذه المشاعر تجعل الطفل غير قادر على التواصل مع أقرانه وغير قادر على الوفاء بالتزاماته، فيتصرف كأنه يعيش وحده دون أي اعتبار للآخرين، بالإضافة إلى أنه يحاول أن يجد الأمان الذي يفتقده في امتلاك الأشياء.

**٤- التدليل الزائد:**

التدليل الزائد للطفل، والاستجابة لكل متطلباته دون التفريق بين متطلبات ورغبات الطفل، ربما كان ناتجًا لخوف الأسرة على شعور الطفل عند البكاء بصورة مفرطة، فالطفل المدلل يتلقى عناية مبالغًا فيها؛ حيث تقدم له أسرته كل شيء، ولا تطلب منه أن يقدم شيئًا، فيحدث لديه نوع من الاكتفاء الذاتي، والعزوف عن مشاركة الآخرين، كما يؤدي التدليل الزائد أحيانًا إلى شعور الطفل بأنه محور اهتمام الآخرين؛ مما يقوي شعوره بالأنانية.





**٥- تفكك الأسرة:**

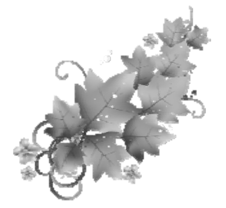
يعد حال الأسرة أحد العوامل المهمة في تكوين شخصية الطفل، فالأسرة المستقرة المترابطة تؤثر إيجابيًا في شخصية الطفل، بينما نجد أن الأسرة التي تتعرض كثيرًا لمشاكل وخلافات، وخاصة إذا أدت هذه المشاكل بين الزوجين لحدوث الطلاق، هذه الأسرة تؤثر سلبًا على شخصية الطفل، ومما لا شك فيه أن حدوث الطلاق وانفصال الزوجين يترك أثرًا سيئًا في نفسية الطفل على المدى البعيد.

**٦- المخاوف التي تسكن نفسية الطفل:**

مثل بخل الأسرة، ورفض وغضب الآخرين عليه، يدفع الطفل للبحث عن سعادته هو فقط، دون التفكير في الآخرين.

**أسباب أخرى:**

- عدم اهتمام الأسرة بالطفل.



- توفير الحماية الزائدة للطفل تجعله غير قادر على مواجهة الأمور بنفسه.
- شعور الطفل أن الأشياء التي يمتلكها بمفرده تعطيه ثقة بالنفس وتقلل من شعوره بالضعف والعجز.

**كيف تعالجين السلوك الأناني؟:**

تنمية روح المشاركة التي ستجعله يشعر بالآخرين، ويحرص على مراعاتهم، واللعب الجماعي من أفضل وسائل تنمية روح المشاركة؛ فاللعب الجماعي يجعل الطفل يتعلم معاني العدل والتعاون، ويتعرف من خلاله إلى بعض مميزات زملائه في اللعب، كما يتعلم بذل الجهد، وكل هذه المعاني تزيد من انخراط الطفل مع الآخرينن وتضعف من تمحوره حول ذاته.

أساليب معالجة الأنانية عند الأطفال:

**كيف نقّوم سلوك الأنانية عند الأطفال؟:**

من خلال النصائح التالية يمكن أن نقي الطفل من تمكن الأنانية من نفسه، وتجاوز هذه المرحلة بطريقة صحية، ومن هذه النصائح:

- التحدث مع الطفل بلطف حول الأمور المتعلقة بالأنانية ومناقشته فيها بمستوى تفكيره.



- المثابرة على تذكير الطفل بأن سلوكه غير إيجابي، وبهذا السلوك قد يؤذي الآخرين.
- عدم تدليل الطفل وعدم الانصياع إلى رغباته وبكائه الشديد؛ ليتعود على أن هناك أمورًا قد لا تكون سهلة المنال مع الاستجابة لطلبات الطفل عندما تكون معقولة.
- إشراك الطفل في الأنشطة الجماعية، وتشجيعه المستمر على ذلك؛ كي يكتسب مهارة التعاون وروح الجماعة التي تزيد من قدرته على تغيير سلوكه الأناني، والاستمتاع باللعب أثناء وجوده مع أصدقائه.
- توفير الدعم والحب المستمر داخل الأسرة.
- إشعار الطفل بأنه محبوب ممن حوله، وتوفير الأمان له.
- تعليم الطفل الاهتمام بالآخرين، وتعويده على تحمل المسئولية.
- التأكيد على السلوكيات الإيجابية، وتشجيع الطفل عليها؛ لتطويرها، مع الابتعاد عن السلوكيات السلبية.
- تنمية الثقة بالنفس لدى الطفل: من خلال التحدث معه حول مميزاته ونقاط قوته، والثناء على كل نجاح يحققه، وتقبل الطفل على ما هو عليه، وهذا هو الحب غير المشروط (وهذا لا يعني بالطبع عدم إعطائه النصيحة عند الحاجة).



- تعليمه احترام الآخرين، والتعاطف معهم، وتقدير ظروفهم؛ لأن الأناني يـرى أنه مركز الكون، وأن الآخرين ليـسوا بـشيء؛ ومـن ثـم فـإن تعليمـه احـترام الآخرين والتعاطف معهم قد يخفف من السلوك الأناني.

**كيف تتصرفين عندما يقوم طفلك بسلوك أناني؟:**

بفرض أنك - أيتها الأم الفاضلة - كنت مـع ابنـك في تجمـع مـا، ورأيـت أن ابنـك يتصرف بطريقة تميل للأنانية، فكيف تواجهين سلوكه وتصرفه؟!

سوف أجيب عنك، ولكن احذري أن تنهريه أو تعنفيه أمام أحد مـن الموجـودين، حتى ولو كانوا أقرانه من الأطفال، ولكن اتبعي النصائح التالية:

- انتحي به جانبًا وانزلي إلى مستواه بجسمك، واسأليه عن سبب عـدم رغبتـه في مشاركة الآخرين، فمعرفة السبب بداية حل أي مشكلة.
- بصوت هادئ وحازم أخبري طفلك أنك تتوقعين منه أن يعامل الآخرين كـما يحب أن يعاملوه .. دعيه يتخيل كيف كان سيشعر لـو كـان مكـان الطفـل الآخر .. قوما بتمثيلية معًا تؤدين فيها الدور الأناني، ثم اسأليه عـن الـسلوك البديل الذي سيقوم به وأثني على إجاباته الجيدة.



- اتفقي معه على عقاب عندما يأتي بسلوك أناني، وكافئيه وأثني عليه عندما يكون مشاركًا.

**فن التعامل مع الطفل الأناني:**

من الأمور الطبيعية جدًّا أن نجد العديد من الأطفال وهم يعانون من الأنانية المفرطة وحب التملك، لا سيما إذا كانوا أطفالًا مدللين في أسرهم، ولا يجدون من يشاركهم أغراضهم الخاصة، إلا أن هذا الموضوع - وعلى الرغم من طبيعته - يحتاج إلى معالجة جذرية وسريعة؛ نظرًا لما له من تأثير سلبي على سلوكيات الطفل في المستقبل، ومن هنا نقدم لك في هذا الموضوع كل ما تريدين معرفته عن طريقة التعامل مع أنانية الطفل.

**طريقة التعامل مع أنانية الطفل:**

هناك الكثير من الأمور التي على الأهل القيام بها؛ لمنع تفاقم مشكلة الأنانية عند الطفل، ومنها:

- **تنمية روح المشاركة:** إن جعل الطفل يتشارك في كل الأمور التي يملكها مع الأهل أو الأقارب والأصدقاء تجعله يشعر بالآخرين، ويحرص على مراعاتهم، وبالتالي يجب على الأهل العمل على تنمية الروح الجماعية، من خلال تشجيعه على اللعب الجماعي، الذي يعد واحدًا من أفضل وسائل تنمية روح المشاركة لدى الطفل؛ ما يسمح له بالانخراط أكثر في المجتمع، والتعرف أكثر إلى الناس



وإلى طريقة التعامل معهم، كما أن هذا الموضـوع إضـافة إلى أنـه سـيجعله مقبولًا في المجتمع، سيزيد كذلك من ثقته بنفسه.

- **تنميـة الثقـة بـالنفس لـدى الطفـل:** إن التحـدث الـدائم مـع الطفـل عـن مميزاتـه ونقـاط قوتـه، أو عـن مكـامن الخطـأ التـي يرتكبهـا، والطريقـة الصحيحة التي يجب الاعتماد عليها للنجاح في الحياة، هذا فضلًا عـن الثنـاء على كل نجاح يحققه، وتقبل الطفل على ما هو عليه يعد من الأمـور التـي يجب على الأهل العمل عليها دومًـا للتخفيـف مـن أنانيـة الطفـل وجعلـه شخصًا مقبولًا في المجتمع وقادرًا على الاندماج في أي مكان قد يوضع فيه.

- **تعليمه احترام الآخرين، والتعاطف معهم، وتقدير ظروفهم:** مما لا شك فيه أن الصفة الواضحة دومًا عند الأناني أنه هو مركز الكون، والكل يجب أن يكونوا في خدمته، وبالتالي فإن هذا الأمر خاطئ تمامًا؛ إذ يجب على الأهل تدريب الطفل على أنه يعيش في مجتمع يكون الجميع فيه متساوون، وبالتالي يجب العمل على التعاطف مع الآخرين، وتقدير ظروف حياتهم.









# الفصل الخامس

# الطفل العبقري



**مقدمة:**

مما لا شك فيه، أن كل أب يسره ويسعده أن يرى طفله شديد الذكاء والعبقرية، فالطفل العبقري متقد الذكاء هو حلم أي أب أو أم، ونحن لا ننجم، ولا نقوم بوضع بعض الأمور الخارقة كالتنبوء بالمستقبل مثلًا، ولكن هناك مجموعة من الأمور والحقائق التي جاءت نتيجة العديد من الدراسات والأبحاث، ولابد أن تؤخذ على محمل الجد.





فلقد عكف بعض الخبراء على رصد ودراسة العادات التي كانت تقوم بها بعض الأمهات أثناء فترة الحمل، حتى ظهر أبناؤهم بدرجة من الذكاء تميزهم عن غيرهم من الأبناء، وتجعلهم يفضلون ويتفاضلون عن أقرانهم، ونتيجة لتلك الدراسات، ظهرت العديد من النظريات التي ترشد وتوجه الأمهات لبعض النصائح التي يجب أن تلتزم بها الأم من بدء الحمل أو منتصفه، وماذا يجب أن تفعل في فترة الرضاعة.

**تعريف الطفل العبقري:**

الطفل العبقري أو النابغة أو الفلتة أو الطفل المعجزة: هو الشخص الذي يمتلك مهارات على مستوى الكبار وهو في سن مبكرة جدًّا، وهناك معيار واحد لتصنيف العبقرية أو النبوغ، هو أن الطفل العبقري عادة ما يكون أصغر من سن ١٥ عامًا، ويقدم مستوى بالغاً.

ويتم تحديد الموهبة من الأطفال العباقرة بدرجة مواهبهم النسبية لأعمارهم، ومن أمثلة الأطفال الأكثر نبوغًا هو فولفغانغ موزارت، وبيلا بارتوك في الموسيقى، وبول مورفي في الشطرنج، وكارل فريدريش جاوس وجون فون نيومان، ووليام سايدس في الرياضيات، بابلو بيكاسو في الرسم، ،ساول كريبكي في الفلسفة، ومحمود وائل في الحاسوب، وجايكوب بارنيت في الفيزياء، وهناك جدل عن أي سن أو مستوى أداء يمكن استخدام مصطلح طفل عبقري.

**سمات وعلامات العبقرية عند الطفل:**

يعتبر سن المدرسة الوقت المثالي لاكتشاف النبوغ العقلي والتفـوق الـدراسي لـدى الأطفال؛ لأن هذه الموهبة نادرًا ما تظهر علاماتها على الطفل قبل التحاقه بالمدرسة.



وفي الحقيقة، فإن كثيرًا من الآباء والأمهات يحبون أن يكون طفلهم موهوبًـا، مـع العلم بأن الطفل الموهوب العبقري هو شيء نادر، ولكن إذا كنـت واحـدًا مـن هـؤلاء الآباء المحظوظين الذين لديهم طفل ذو ذكاء غير عادي ومهارات غير عادية، فإنك على الأرجح سوف تحدد الكثير من سـمات الطفولـة الخاصـة بطفلـك، ولكـن مـا علامـات النبوغ العقلي لدى الطفل؟

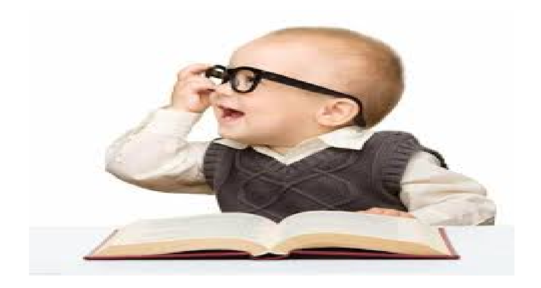


**مؤشرات النبوغ:**

الآن، نذكر - في عجالة - سمات وعلامات الطفل العبقري:

**١- التطور مبكرًا:**

الطفل العبقري يتعلم المشي والكلام والتحدث والقراءة وما إلى ذلك في وقت مبكر مقارنة بأقرانه، وقد يظهر أيضًا مهارات عضلية؛ لذلك إذا حاول طفلك القفز من سريره وهو مازال صغير، فلا تتفاجأ.



**٢- ذاكرة قوية:**

الأطفال - بصفة عامة - لديهم ذاكرات غير عادية ومميزة، فيمكنهم تذكر أين وضعوا لعبتهم المفضلة واستردادها، أو قد تصل بهم الذاكرة إلى معرفة أن الطعام المفضل لديهم يخرج من الثلاجة، ويقوموا بالإشارة إلى الثلاجة عندما يشعرون بالجوع.



**٣- تعلم اللغة:**

الأطفال العباقرة يتعلمـون الكـلام في وقـت مبكـر؛ لأنهـم لـديهم حماسـة لـتعلم اللغة، كما أنهم قادرين على تكوين حصيلة لغوية كبـيرة في وقـت قـصير، واسـتيعاب مفردات صعبة لا يفهمها أقرانهم في الغالب، وأيـضًا يظهـرون اهتمامًـا كبـيرًا بالكتـب، والاستماع إلى القصص، ويمكن رصد أن الطفل العبقري يستطيع في الشهر ١٤ أن يتكلم جملة مكونة من كلمتين بدون أي مشكلة، وعند الشهر ١٨ يستطيع التعبير عن نفسه من خلال لغة بسيطة.

**٤- فهم العمليات الرياضية المعقدة:**

يتميز الطفل العبقري بقدرته على تفهم القوانين والنظريـات الرياضـية بـسهولة، وأداء العمليات الحسابية في عقله دون اسـتخدام آلـة حاسـبة، أو حتـى ورقـة وقلـم، واستيعاب بعـض المفـاهيم الرياضـية المتقدمـة؛ كالـضرب والقـسمة قبـل أن يدرسـها بالمدرسة، كما أنه يستوعب المفاهيم اللغوية المتقدمة، والمناقشة في موضوعات تحتاج لقدر كبير من الوعي كالأخلاق والقيم والدين، كما أنه يكون واثقًا بنفسه، متأكدًا مـن قدرته على الإنجاز وابتكار أفكار جديدة، وتحقيق التفوق الدراسي باستمرار، حتى لـو درس مواد لن تكون مقررة عليه قبل عامين من الآن.





**٥- حل المشكلات:**

علم الطفل العبقري كيف يحل لعبة البازل (اللغز) وستجده تعلم كيف يحلها بمفرده، قد يجد الطفل نفسه متورطًا في مشكلة، وسيقوم باستخدام كل ما حوله للتغلب على المشكلة، مثال: قد يريد الصعود إلى مكان مرتفع، فيقوم باستخدام الكتب الموجودة بالمكتبة والصعود عليها.

**٦- عقول فضولية:**

الأطفال فضوليون تجاه كل شيء، إذا وجدت الألعاب مفكوكة ومتناثرة أنت تعرف من فعل ذلك ولماذا .. لا تتوقع أن يلعب الأطفال بالألعاب فور شرائها، فهم يريدون استكشاف اللعبة أولًا، وكيف جمعت، ثم يبدأون باللعب والاستمتاع بها.

**٧- تركيز عالٍ:**

الأطفال الموهوبون يستطيعون التركيز على الأشياء لفترة طويلة، ويثير اهتمامهم أشياء كثيرة، مثل تطوير مهارة لديهم، أو الاستماع إلى أغنية أو

قصة، ويظهرون تركيزًا شديدًا وإصرارًا على التعلم خلال مراحل التكوين، كما أنهم يتذكرون الحقائق بسهولة، ويمكنهم ربطها ببعضها وتكوين علاقات منطقية بينها.

**٨- الوعي والانتباه الشديد:**

الطفل العبقري ينظر إلى عيون الأشخاص الذي يحبهم، ويستطيع الاتصال والتعرف إليهم من خلال أصواتهم ووجوههم، وفي نفس الوقت ينتبه إلى وجود الشخص الغريب، ويكون الطفل على دراية كامة ووعي بالمحيط الذي يعيش فيه، قد ينتبه أيضًا عندما تقومين بلمس ألعابه أو ملابسه، أو حتى عند تغيير مفارش السرير الخاص به .. الطفل العبقري يتأقلم بسرعة مع المحيط الجديد، وليس لديه أي مشكلة في التكيف والتعامل مع المواقف الجديدة والأشخاص الغرباء.

**٩- ينام قليلًا:**

لا نستطيع القول إنه حرمان من النوم، ولكن الطفل العبقري لا يحب النوم، فالفضول والعقل النشط يجعله مستيقظًا لساعات طويلة، ويكون من النوع الذي يصحو ويشعر بالقلق والانزعاج من أي صوت أو حركة وهو نائم .. قد يكون الطفل منزعجًا ومرتبكًا في وقت النوم؛ لأن النوم بالنسبة له هو نشاط ملل، هذا الطفل الذي لا يستريح سيبدأ في البكاء كطريقة للتعبير عن ملل النوم بالنسبة له.



**١٠- موهبة في فن معين:**

القليل من الأطفال الذين لديهم موهبة فذة في الموسيقى أو الرقص أو أي مهارة شخصية، وتحديد هذه المهارات في وقت مبكر يساعد في تربية وتنشئة الطفل وتنمية موهبته مبكرًا؛ مما يساعد على ظهورها مكتملة ناضجة.

**١١- يتمتع بروح مرحة:**

تؤكد الدراسات التربوية أن الطفل الذي يتمتع بروح مرحة، ويفهم الدعابة بسهولة، ويراعي مشاعر الآخرين، يعتبر طفلًا عبقريًّا.

**١٢- يجالس من هم أكبر منه:**

إذا كان الطفل يفضل قضاء وقته مع البالغين أو الأطفال الأكبر منه سنًّا، ويتذكر الحقائق بسهولة، فإنه يمكنه ربطها ببعضها، وتكوين علاقات منطقية بينها.

نصائح تبدأين بها لتجعلي من طفلك الطفل العبقري:

**١- بدء الاستعداد لإلقاء القصص:**

على الرغم من أن الأطفال الرضع لا يستطيعون فهم الكلمات الفعلية - أمر مفروغ منه - لكن قراءة قصة مثلًا، سوف يؤثر على الطريقة التي يشعرون بها تجاه صوتك، وعن صوتك، ففي الواقع فإن طفلك سوف يتذكر هذا الصوت، وفعليًّا يمكنك البدء في تطبيق هذا الأمر منذ أن يكون طفلك في الرحم، خاصة في الربع الثالث من فترة الحمل؛ حيث يصبح

طفلك قادرًا على سماع الأصوات وحفظها، إلى جانب ذلك، فيفضل من الآن أن تبدأين سيدتي في محاولة اختيار القصص المفضلة، والتي ستقرأينها لطفلك، وتطوير أسلوب الإلقاء؛ حتى يزيد من تعلق الطفل بك وباللغة والأسلوب.



**٢- التعرض اليومي لأشعة الشمس:**

ببساطة إن أشعة الشمس تعني الفيتامينات، وهي تعني بالخصوص (فيتامين D)، ومن المعروف أنه من المهم جدًا بالنسبة لك ولطفلك التعرض لمثل هذا الفيتامين، فكما ينصح المختصون أن الجدول اليومي الخاص بالأم الحامل يحتاج حوالي عشرين دقيقة من التعرض اليومي لأشعة الشمس، هذا أيضًا يعني وبالطبع الحاجة إلى رعاية وحماية جلدك بواسطة الكريمات المناسبة، أما أهمية هذا الفيتامين، فهي أنه من المغذيات الأساسية التي تساعد طفلك على تطوير عظام قوية وصحية، خاصة أن بعض الخبراء الطبيين ربط نقص فيتامين (د) مع تطور مرض التوحد؛ لذلك يجب أن لا تدعي أي فرصة لحدوث ذلك لطفلك.

**٣- الترابط من خلال التدليك للوصول إلى الطفل العبقري:**

إذا كنت ترغبين في أن تضحي بعض الجهد الإضافي في خلق رابطة قوية مع طفلك قبل وحتى قبل ولادة هذا الطفل، يجب أن تفعلي ذلك من خلال فن اللمس، ويمكنك البدء من الأسبوع العشرين؛ حيث سيصبح طفلك قادرًا على الشعور باللمسات؛ وذلك بفضل تطور الجهاز العصبي له بما فيه الكفاية، وتظهر بعض الأبحاث أن الأطفال الذين لم يولدوا بعد يمكن أن يستطيعوا التفريق بين لمسات الأم ولمسات الأب .. كل ما عليك سيدتي أن تقومي بشراء بعض الزيوت الأساسية وتدليك بطنك بشكل طويل ولطيف، هذا بالإضافة إلى وجود العديد من أنواع الزيوت العادية التي تقدم رعاية طبية جدًّا للأمهات الحوامل، هذا بالإضافة إلى أنه وسيلة جيدة للاسترخاء.

**٤- الموسيقى والأغاني لمساعدة ميلاد الطفل العبقري:**

كما ذكرنا سابقًا كيف أن الأطفال الرضع يملكون الاستجابة لأحاديثنا، ولكن يمكنك الحصول على رد فعل أفضل حتى مع الموسيقى، فعندما تغني الأم أو يكون صوت الموسيقى حولها، فإنها تساعد الطفل على إنتاج السيروتونين وغيرها من المواد الكيميائية المتعلقة بالسعادة.

**٥- القيام بحمية أركانها التنوع:**

العالم الذي تعيشين فيه تكثر فيه الأنواع والأصناف، لهذا يجب أن تأكلي كل شيء يتبادر إلى ذهنك، باستثناء الأطعمة الغنية بالزئبق، والتي تتواجد



في الغالب في أنواع معينة من الأسماك، مثل: أسماك القرش والتونة وسمك أبـو سـيف؛ لذلك عليك أن تحاولي تجنب هذه الأطعمة، ومع ذلـك، عليـك الإقبـال عـلى الأسـماك الغنية بالأحماض الدهنية مثل السلمون؛ فهي جيدة جـدًّا بالنـسبة لـك، لـذلك عليـك إجراء البحوث الخاصة بك قبل تناول الطعام، ما يناسبك منها من عدمه، ومع أن الأمر سوف يكون من الصعوبة في البداية؛ بسبب أن غثيان الصباح غير مريح، ولكن بمجـرد مرور الوقت ستشعرين بالراحة والانتظام في الطعام.

**٦- المرأة الحامل بحاجة إلى توازن:**

عندما تعلمين سيدتي أنك حامـل، يجـب عليـك أن تبـدأي بالاسـتماع إلى جـسمك وتفعلي بالضبط ما يقوله لك، فمثلًا عليك إيجاد ذلك التوازن بين أن تكوني نـشيطة في اليوم وهو حاجة لك، وأن لا تصلي إلى مرحلة الإرهاق؛ وذلـك لأن طفلـك وأنـت عـلى حد سواء تحتاجـان إلى بعـض الـتمارين الرياضـية، ومـن الجميـل الآن أن نعـرف أنـه أصبحت تتوفر الآن بعض الأنواع من الأدوات الذكية التي سوف تكون أكثر من مفيدة عنـدما يتعلـق الأمـر بالحفـاظ عـلى نـشاطك وتجنيبـك الإرهـاق، عليـك أن تقـومي باستـشارة المختـصين في الـتمارين والآلات التـي عليـك اقتناؤهـا وممارسـتها، وعنـدها ستشعرين بالفرق والتوازن.



**٧- الإجهاد غير مسموح لولادة الطفل العبقري:**

عليك وفي اللحظة التي تكتشفين أنك حامل أن لا تسمحي للتوتر بـدخول منزلـك أو خارجه، عليك أن تبدأي في التفكير في كيفية إخراج كل شـخص وكـل شيء يمكـن أن يسبب التوتر لك في هذه الفترة، حتـى لـو كانـت مـن أصـغر المـشاكل عـلى الإطـلاق، يمكنك أن تحاولي لهذه الغاية؛ أي السيطرة على أعصابك وعلى التوتر، ومن ثـم البقـاء على أكثر الأحوال قدرة على التعامل مع الوضع، مثل أن تبدأي بـالطقوس والممارسـات والرياضات التي تساعد على التأمل كاليوغا على سبيل المثال؛ حتى يكـون لـديك آليـة للتعامل مع التوتر في حياتك وتخفيفه، هذا من ناحية، ومـن ناحيـة أخـرى وفي حالـة عدم قدرتك على الـسيطرة عـلى هـذا الوضـع في بعـض الأحيـان أن تلجـأي إلى مقـدم الرعاية الخاص بك؛ فهو الأقدر على مساعدتك ونصيحتك، وحتى تدريبك على أي مـن الأساليب التي ترغبين بالقيام بها، فجميع الأطباء والباحثين دائمًا ما ينـصحون الأم بـأن تحافظ على هدوئها وسيطرتها على أعصابها عند تعاطيها لأي جهد أثناء فـترة الحمـل، عليك سيدتي أن تبدأي بتحديد أهدافك عند علمـك بأنـك حامـل، عليـك أن تبـدأي في منهجية محددة للوصول إلى طفلك ووصول طفلك إليـك، وعليـك أن تخططـي أفـضل لمن تحملين في أحشائك.



**البيئة الأسرية للطفل العبقري:**

يمثل دور الأسرة في تنمية الموهبة والإبداع تحديًا يواجه أسر الموهوبين مـن أجـل توفير البيئة الميسرة لتنميـة الموهبـة، ويعتقـد (بلـوم، ( ١٩٨٥Bloom أن الأسرة إذا لم تقم بتشجيع الطفل وتقديره، وتوفير المناخ الملائم له في البيت، فإن الموهبة قد تبقـى كامنة.

وأوضح "بلوم" في دراسة أجراها على (١٢٠) موهوب، أظهـروا نبوغًـا في صـغرهم في مجالات متنوعة؛ الفنون أو السباحة أو التنس أو الرياضيات - أن دور البيـت أهـم من دور المدرسة في تنمية الموهبة لدى الطفل.



وعلى الـرغم مـن ذلـك، فـإن غيـاب دور المدرسـة في اكتـشاف الموهـوبين وتنميـتهم، أو قهـر الموهبـة باتباعهـا أسـاليب تربويـة عقيمـة سـوف يـؤدي إلى إعاقة دور الأسرة؛ حيث لـن تـستطيع تعـويض هـذا القـصور مـن جانـب

المدرسة، ويبين بلوم أن دور الأبوين يتمثـل في تـوفير نمـاذج إيجابيـة يقلـدها الطفـل، وامتلاك اتجاهات إيجابية نحو العلم والتعلم.

ويمثل رعاية الطفل الموهوب في الأسرة تحديًا آخرَ صعبًا للأسرة، وللتعرف إلى أهم أساليب رعاية الطفل الموهوب في الأسرة لابد من التعـرف إلى نوعيـة المـشكلات التـي تواجهها الأسرة عند وجود طفل موهوب فيها.

وعلى الرغم من أن الدراسات التربوية قـد بينـت أنـه مـن أهـم خـصائص البيئـة الأسرية التي تنمي الموهبـة والإبـداع لـدى الطفـل هـي البيئـة الثريـة ثقافيًـا والآمنـة سيكولوجيًا، إلا أن هنـاك العديـد مـن الدراسـات تؤكـد أن أسرة الطفـل الموهـوب في الواقع تواجه العديد من المشكلات مع طفلها الموهوب.

ويبدو أن هناك بعدًا غائبًا في تربية الطفل الموهوب، وهو عـدم مراعـاة احتياجاتـه العاطفية والنفسية، ففي إحدى الدراسات التي أجريت عـلى أسر الأطفـال الموهـوبين في جامعة (Purdue) تبين أن الموهبة ليست بالضرورة خبر سار، سواء أكان ذلك للطفـل أم للأسرة، بسبب بعض المشكلات العاطفية والاجتماعية التي يواجهها الطفل الموهوب.

ويبدو أن المشكلة الرئيسة التي تواجـه أسرة الطفـل الموهـوب هـي عـدم فهـم الأسرة لـدورها في رعايتـه، وفي جهلهـا لأسـلوب التعامـل الـصحيح معـه،



ولقد عبر (هاكني) عن هذه المشكلة بقوله: "إن أسرة الطفل الموهوب لا تـدري كيـف تتعامل مع طفلها الموهوب الذي يحتاج إلى فهم متعمق، وأساليب خاصة في التعامل، وأنها تتعامل معه على أساس معايير الطفـل العـادي؛ لـذلك تـشعر بـالحيرة عنـدما لا تفلح معه هذه الأساليب في التربية".

ولقد أكد (جولمان) - مـن خـلال النمـوذج الـذي اقترحـه، والـذي سـماه بالـذكاء العاطفي - أن تربية الذكاء العاطفي لدى الأطفـال لا تقـل أهميـة عـن تربيـة الـذكاء العقلي.

إن العديد من الأفراد الموهوبين الذين يتمتعون بنسبة ذكاء مرتفعة قد يفـشلون في الحياة العملية إذا لم يمتلكوا الذكاء العاطفي الذي يجعلهم أكثر قدرة عـلى التعامـل مـع مشاعر الفشل في الإحباط والغضب والانفعال، وأكثر قدرة على التعـاطف مـع الآخـرين، وعلى استخدام المهارات الاجتماعية التي تجعلهم أكثر كفاية في حل المشكلات.

وأوضح (روس) أنه كلما كانت الفجوة في القدرات العقلية للطفل الموهوب كبيرة بينه وبين أفراد أسرته، كان تأثير الطفل الموهوب أكبر سلبية عليها.

وفي دراسة على عدد من أسر الأطفال العباقرة؛ للاستفادة من الدروس المـستفادة من البيئة المبكرة للأطفـال العبـاقرة، الـذين أظهـروا موهبـة خارقـة في سـن مبكـرة - خرجت بعض النتائج على النحو الآتي:



١- الدرس الأول المستفاد من البيئة الأسرية المبكرة للطفل العبقري هو أن شغف الطفل بالتعلم كان بمنزلة عمله اليومي في ظل أبوين يمتلكان توقعات عالية جدًّا لأداء طفليهما العبقري، فعلى سبيل المثال كان والدا أحد الأطفال مصممين مسبقًا، حتى قبل ولادة طفليهما أنه سوف يكون عبقريًّا، وكانا يوفران له البيئة المحفزة للإبداع، فعلى سبيل المثال أم المهندس العبقري (فرانك رايت) وضعت منذ ولادته على جدران حجرته صور تصميمات هندسية.

٢- الدرس الثاني من حياة الأطفال العباقرة أن بيئتهم الأسرية كانت تتسم بالصرامة والضغط الشديدين لدفع الطفل نحو التميز، مثل: (نوربرت واينر)، الذي كتب في سيرته الذاتية أنه قد قضى سنوات طفولة تعيسة في صراع مع والديه للحصول على استقلاليته، فقد كانا يفرضان عليه حماية زائدة، وحياة انعزالية.

ويبدو أن أسر هؤلاء الأطفال تستثمر قدرًا هائلًا من الجهد والطاقة في الطفل؛ خوفًا على موهبته من الضياع، وبأسلوب مبالغ فيه، والطفل المبدع لا يستطيع أن يتنفس إلا في جو مليء بالحرية، ولا يمكن لموهبته أن تنمو وتزدهر إلا في مناخ يتيح له الاستقلالية، والاعتماد على النفس؛ لذا فإن الصراع الأسري بين الطفل الموهوب وأسرته يحتدم عندما يعيش الطفل الموهوب في هذا النوع من الأسر.



٣- الدرس الثالث المستفاد هو أن الأطفال العباقرة يأتون من أسر يتمتع أحد الوالدين أو كلاهما بمستوى عالٍ من التعليم، ويشعرون بتقدير وحماس شديدين للعلم، إلا أنه يصر على دفع طفله منذ الصغر على التحصيل العلمي والتفوق الدراسي.









## الفصل السادس

## الطفل الجبان



**المقدمة:**

من بين الانفعالات التي يعيشها الإنسان في حياته .. يعتبر الخوف واحدًا من أكثرها شيوعًا وتثيره مواقف عديدة لا حصر لها، والتي تتباين تباينًا كبيرًا في حياة مختلف الأفراد، كما تتنوع شدته من مجرد الحذر إلى الهلع والرعب، ويعتبر الخوف إحدى القوى التي قد تعمل على البناء أو على الهدم في تكوين الشخصية ونموها، وقد كان العلماء يعتقدون أن الطفل يولد مزودًا بغريزة الخوف، لكن الدراسات الحديثة تشير إلى أن الخوف عند الطفل لا يبدأ قبل الشهر السادس، ولا يكون في هذه السن واضحًا أو محددًا، وأكثر ما يبدو ذلك بتأثير الأصوات العالية، وإضاعة التوازن، وتعتبر السنوات الأولى في حياة الفرد من أهم الفترات؛ بل هي الدعامة الأساسية التي تقوم عليها حياته النفسية والاجتماعية، وفي خلالها يتقرر ما إذا كان سينشأ على درجة معقولة من الأمن والطمأنينة، أو سيعاني من القلق النفسي والخوف؛ ذلك لأن أية خبرة نفسية وجدانية مخيفة يصادفها

الإنسان في طفولته تسجل في نفسه وتظل هائمة فيها، وقد يستعيدها لا شعوريًّا في كبره، فيشعر بالخوف، وقد يسقط مشاعرها على المواقف والخبرات المشابهة فيخاف، والمخاوف المعقولة جزء طبيعي من الحياة، وكل طفل يتعلم طائفة معينة من المخاوف، وبعض هذه المخاوف تساعد على حفظ الذات؛ مما يدفع الطفل إلى تجنب الأخطار المرتبطة بها، وقد تكون هذه المخاوف أساسًا لتعلم أمور جديدة (كالخوف من السيارة المسرعة، أو الخوف من بعض الحيوانات المؤذية)، إلا أن المخاوف الشديدة والكثيرة الانتشار والتكرار، والتي ترتبط بأنماط سلوكية معينة (كالبكاء والانسحاب والتماس المساعدة ...) لا تتفق ولا تتناسق مع السلوك المتزن الفعال، وقد تكون بعض مخاوف الأطفال من هذا النوع، وبذلك يمكن أن تكون أكبر عائق يقف في سبيل نموهم الصحي.

**تعريف الخوف:**

هناك تعاريف عديدة للخوف، وسنكتفي بهذه التعاريف:

١- الخوف إشارة تهدف إلى الحفاظ على الذات، وذلك بتعبئة الإمكانات الفيسيولوجية للكائن الحي.

٢- الخوف حالة انفعالية تشعر بها كل الكائنات الحية في بعض المواقف، فيظهر في أشكال متعددة، وبدرجات تتراوح بين الحذر والهلع والرعب.



٣- الخوف هو انفعال غير سار، ينتج عن الإحساس بوجود خطر ما وتوقع حدوثه.

**مخاوف الأطفال وكيفية تطويرها:**

لقد كان هناك شبه إجماع بين العلماء على أن من أهم المثيرات الأولى للخوف في الطفولة المبكرة هي الأصوات العالية الفجائية في السنة الأولى من عمر الطفل، خصوصًا عندما تكون الأم بعيدة عنه، وبتقدّم نمو الطفل تزداد مثيرات الخوف وتتنوع، ففي السنة الثانية وحتى الخامسة قد يفزع الطفل من الغرباء، ومن الوقوع من مكان مرتفع، ومن الحيوانات والطيور التي لم يألفها، ويخاف من تكرار الخبرات المؤلمة التي مر بها - كالعلاج الطبي أو عملية جراحية - كما أنه يخاف مما يخاف منه من حوله من الكبار في البيئة التي يعيش فيها؛ لأنه يقلدهم، فهو يتأثر بمخاوف الغير حتى لو لم تكن واقعية، وكانت وهمية أو خرافية.

ويظهر انفعال الخوف عند الطفل على أسارير وجهه في صورة فزع، وقد يكون مصحوبًا بالصراخ، ثم يتطور بعد السنة الثانية إلى الصياح والهرب المصحوب بتغيرات في خلجات الوجه أو الكلام المتقطع، أو قد يكون مصحوبًا بالعرق أو التبول اللا إرادي أحيانًا، وتنتشر عدوى الخوف بين الأطفال كالنار في الهشيم، ويمكن معرفة مدى خوف الطفل بمقارنة مخاوفه بمخاوف أغلب الأطفال الذين هم في مثل سنّه، وبمقارنة درجة هذه المخاوف بدرجة مخاوف أقرانه، فالطفل مثلًا في الثالثة من عمره يمكن



أن يخاف من الظلام، ويطلب إضاءة المكان، وربما كان خوفه هذا في حدود المعقول، أما إذا فقد الطفل اتزانه وأبدى فزعًا شديدًا من الظلام فلا شك أنه خوف شاذ، وهذا النوع من الخوف مبالغ فيه، وهو ضار لشخصية الطفل وسلوكه، أما الخوف الطبيعي المعقول، فهو مفيد لسلامة الطفل، ويبدو بعض الأطفال خائفين بشكل عام، وبعضهم الآخر يخاف خوفًا محددًا من شيء أو شيئين، ولا تُظهِر معظم الدراسات وجود فروق في الخوف بين الأولاد والبنات.

إن حوالي نصف الأطفال على الأقل تظهر لديهم مخاوف مشتركة من الكلاب والظلام والرعب والأشباح وحوالي ١٠% من هؤلاء يعانون خوفًا شديدًا من شيئين أو أكثر، والمخاوف الأكثر شيوعًا بين سنتين وست سنوات، وفيما بين سن السنتين والأربع سنوات تغلب المخاوف من الحيوانات والظلام والغرباء، وتقلّ هذه المخاوف عند خمس سنوات، ثم تختفي فيما بعد، وفي عمر ٤ إلى ٦ سنوات تسيطر المخاوف المتخيلة مثل الأشباح والوحوش، وتبلغ ذروتها في عمر ٦ سنوات، ثم تختفي فيما بعد.

إن ٩٠% من الأطفال تحت السادسة من العمر يظهر لديهم خوف محدد يزول بشكل طبيعي، وبالرغم من أن طبيعة مخاوف الأطفال قد يعتريها التغير مع مرور الزمن، إلا أنه في جميع الحالات تعتبر المخاوف أساسًا توقعًا لخطر أو لحدث غير سار، إلا أنها تتميز الواحدة منها عن الأخرى في بعض النواحي؛ فالخوف الواقعي بصورة عامة يعتبر أكثر تحديدًا، فهو عبارة عن

استجابة لخطر حقيقي، والجدير بالذكر أنه لا يوجد مثير واحد يُحدث الخوف في مرحلة الطفولة؛ بل هناك مجموعة من العوامل، ويتعلم الطفل من خلال نموه التمييز بين ما هو مألوف - لذلك فهو في أمان - وما هو غير مألوف يعتبره خطرًا عليه، وقد قام جيرسلو وهولمر (١٩٣٥) بدراسة واسعة لمخاوف الأطفال في فترة ما قبل المدرسة، حيث سُجّلت مخاوف الأطفال والظروف المتصلة بها لمدة (٢١) يومًا، وقد كانت نتيجة الدراسة أن المخاوف من الأشياء الحقيقية - الضوضاء أو الأشياء أو الأشخاص أو الحركات المفاجئة غير الموقعة والغريب من الأشياء والمواقف والأشخاص - كانت تتناقص بتقدّم العمر، على حين أن المخاوف من أخطار متوهمة أو خارقة للطبيعة (كالوقائع المرتبطة بالظلام والأحلام واللصوص والمخلوقات الخرافية وأماكن وقوع الحوادث) كانت تزداد بتقدم العمر، كما لوحظ أن العلامات المرتبطة بالخوف (مثل البكاء - الهلع - الانسحاب) كانت تتناقص من حيث التكرار أو الشدة كلما تقدّم الطفل بالعمر.

ويصعب التنبؤ بمخاوف الأطفال إلى حدّ كبير؛ بسبب الفروق الفردية الكبيرة، من حيث القابلية للخوف، ومن حيث مبلغ تعرضهم للخوف، فالمثير الواحد قد يكون مخيفًا إلى حدٍّ كبير بالنسبة لطفل ما، بينما لا يُحدث شيئًا من الاضطراب لطفل آخر، كما أن الطفل نفسه يمكن أن يضطرب كثيرًا بمنبه خاص في موقف معين، ثم لا يعيره انتباهًا في موقفٍ آخر،



فمثلًا: الطفل الذي يعيش في الريف لا يخشى الحيوانات الأليفة كالكلب أو الخروف أو البقرة، لكن الطفل الذي يتربى في المدن يخافها، وهذه إشارة إلى تأثير البيئة، ومخاوف الأطفال تتكون أثناء الطفولة الباكرة، ونتيجة لتعاملهم مع البيئة وتأثرهم بالنمط بالحضاري لهذه البيئة، وما فيها من مفاهيم وعادات وأساطير ومواقف.

**تأثير الخوف على الطفل:**

إن الخوف هو انفعال يكثر تعرض الطفل له، ويلعب دورًا يبلغ من الأهمية في تكوين شخصية الطفل حدًّا يتطلب أكبر قسط من العناية به وتدبير أمره، فكثير من المخاوف التي لا بد أن يلقاها الطفل هي من النوع الهدّام المعجز، ولا تجديه نفعًا؛ بل تشتت نشاطه الذي يجب أن يستخدم في تحقيق رفاهية الطفل، ويتفق علماء النفس على أن زيادة المخاوف لدى الطفل تعوق حريته وتلقائيته، كما تؤدي إلى نقص قدرته على مواجهة توترات الحياة، والطفل الذي يخاف ليس من السهل عليه تكوين الأصدقاء، ويفضّل أن يبقى مع نفسه، ويرى أن العالم الخارجي من حوله ليس مصدر أمان وطمأنينة له، ولذلك فإنه يتجنبه؛ لأنه بذلك إنما يقي نفسه الدخول في مشاكل جديدة تجعله يشعر بالتعاسة، والطفل الذي يخاف لا يستطيع الاعتماد على نفسه، ويصبح مشلولًا غير قادر على التصرف بمفرده في مواقف الحياة المختلفة في المنزل أو في المدرسة بين أقرانه، فيفقد الثقة بنفسه؛ لأنه يشعر أنه غير قادر على أداء أي عمل بنفسه دون خوف،



كما يجب أن يستعمل الآباء انفعال الخوف البنّاء في تنمية شخصية الطفل، وتعويده النظام والواجب دون مبالغة ودون تخويف، وهذا سيساعده على المحافظة على نفسه، وعلى التكيف في المجتمع، وعلى النجاح في حياته المدرسية، ومع أقرانه في البيئة.

**أسباب خوف الأطفال:**

إن للخوف عند الأطفال مصادر كثيرة، من أهمها:

**أ - الخبرات غير السارّة:**

إن الخبرات غير السارة التي يمرّ بها الأطفال تترك آثارًا سلبية لا تزول بسهولة؛ إذ يخاف الطفل من تكرار الخبرات المؤلمة التي مرّ بها؛ كالعلاج الطبي أو عملية جراحية، أو أن يكون قد تعرّض للعض مثلًا أو التهديد من قبل حيوان ما يمكن أن يسبب له خوفًا محددًا من ذاك الحيوان، أو خوفًا من جميع الحيوانات، أو توجهًا عامًّا للخوف من أي موقف، ويمكن أن يتسع مدى الخوف بالنسبة لموضوع الخوف الأصلي بالتعميم؛ حيث يمتد ليشمل لدى الأطفال مجالات متعددة، فالخبرة التي يمر بها طفل صغير مع كلب ما يمكن أن تؤدي إلى خوف من جميع الكلاب وجميع الحيوانات وجميع الأشياء ذات الفراء. كذلك من الخبرات غير السارة التي يمكن أن يكون قد تعرّض لها، مثل: السقوط، والاصطدامات، والرعد، والحرق بشيء ما، والمياه مثلًا، كذلك يمكن أن يصبح الاستحمام مخيفًا للطفل بسبب الانزلاق في الماء، أو لسع الصابون عندما يدخل عينيه.



**ب - التأثير على الآخرين:**

إن الطفل يمكن أن يستخدم المخاوف كوسيلة للتأثير على الآخرين واستغلالهم، فأحيانًا قد يكون إظهار الطفل الخوف هو إحدى الطرق القوية لجذب الانتباه، وهذه الطريقة تعزز بشكل مباشر وجود المخاوف لدى الطفل، وهكذا يؤدي الخوف إلى حالة من الارتياح والرضى على نحو يزيد من حالة الشعور بالخوف، والمشكلة أن الخوف يصبح مريحًا ومؤلمًا في آن واحد، ويزداد الأمر تعقيدًا عندما يكون الخوف هو الطريقة الوحيدة لدى الأطفال للتأثير على والديهم، وكلما أظهر الطفل خوفه، فإن الوالدين يسعيان لتهدئة الطفل، رغم ذلك فهم يفشلون في الوصول إلى هذا الهدف، ومن الأمثلة على هذا النمط من سلوك الخوف المرضي من الذهاب إلى الروضة؛ إذ يُظهر الطفل خوفًا شديدًا من الذهاب إليها، وتكون النتيجة أن يسمح له الوالدان بالبقاء في البيت، وبذلك يحصل الطفل على ما يريد من تجنب الروضة والبقاء في البيت، ويقوى هذا الخوف إذا كان الوالدان مترددين حول إرسال الطفل للروضة، وعملا دون قصد على جعل إقامته في البيت متعة أو خبرة سارة بالنسبة له؛ كأن يعطى اهتمامًا زائدًا لم يكن ليحصل عليه من قبل، ونتيجة لذلك يصبح الخوف وسيلة يستخدمها الطفل للتأثير على الآخرين، وقد يفقد السبب الرئيس للخوف فاعليته، إلا أن الخوف نفسه يبقى ويصبح عادة.



**ج - الحساسية في الاستجابة ذات المنشأ الولادي:**

يوصف بعض الأطفال بأنهم كانوا دائمًا حساسين للغاية وخوّافين منذ الولادة، أو خلال السنة الأولى أو الثانية من العمر، وهؤلاء الأطفال يُظهرون استجابات جدّ قوية للأصوات أو للحركة المفاجئة أو للتغيرات في البيئة ... إلخ، والاستنتاج الواضح هو أن الأجهزة العصبية المركزية لهؤلاء الأطفال هي منذ الولادة أكثر حساسية من غيرها، ولذلك فهم يستجيبون لمثيرات أضعف، ويحتاجون إلى وقت أطول لاستعادة توازنهم، وينتج ذلك عن مزيج من العوامل الوراثية وظروف الحمل والولادة؛ لذلك فإن هؤلاء الأطفال يستجيبون بهذه الطريقة بحكم تكوينهم، فالطفل الذي يبكي بعنف لصوت مفاجئ متوسط الشدة قد يكون أكثر تهيؤًا لتطوير مخاوف شديدة، والتي يمكن تعميمها بسرعة وسهولة على مواقف أخرى، وعندما تزداد شدة المخاوف وتطول فترتها بشكل ملحوظ؛ فإنها تصبح مخاوف مرضية يمكن أن تؤثر على حياة الطفل، وفي الغالب تؤثر على حياته اليومية، فمثلًا قد يخاف الطفل الزائد الحساسية من الاستغراق في النوم، متخيلًا أنه قد لا يستيقظ من نومه أو أنه سوف يحلم أحلامًا مرعبة.

**د - الضعف النفسي أو الجسمي:**

يكون الأطفال أكثر استعدادًا لتطوير المخاوف عندما يكونون متعبين أو مرضى، وخصوصًا إذا استمرت حالة الضعف الجسمي لفترة طويلة،



فهي ستؤدي إلى شعورٍ بالعجز، وضعف المقاومة، بحيث تصبح الـدفاعات الـسيكولوجية للطفل أقل فاعلية، وعندما يكون اعتبار الذات لديه منخفضًا يكون أكـثر عرضـة لتطـوير المخاوف؛ إذ يشعر بالحزن والعزلة والعجز، وضعف القـدرة عـلى التعامـل مـع المـشاعر والأفكار المثيرة للخوف. والآباء المتساهلون يسهمون أكثر من اللازم في تطوير هذا النمط من السلوك؛ لأنهم لا يساعدون الطفل على تطوير الشعور بالجدارة النـاتج عـن مراعـاة الحدود التي يفرضها الآباء للسلوك، أو تلبيـة المتطلبـات. إن الأطفـال الـضعيفين جـسميًّا يشعرون بعدم القدرة على التعامل مع الأخطار الواقعية أو المتخيلة.

**هـ - الاستجابة للجو العائلي "النقد والتوبيخ":**

إن النقد الزائد للأطفـال قـد يـؤدي إلى تطـوير الـشعور بـالخوف لـديهم؛ حيـث يشعرون بأنهم غـير قـادرين عـلى فعـل شيء صـحيح، ويبـدو هـؤلاء الأطفـال كـأنهم يتوقعون النقد دائمًا، وهذا يؤدي بدوره إلى أن الطفل يفقد الثقة بنفسه، ويظهر عليه الجبن والخنوع، كما أن التهديد المتكـرر بـالتقييم الـسلبي يـؤدي إلى نتيجـة مـشابهة؛ فمثلًا عندما يُوبخ الطفل لأنه وسّخ ملابسه، فإن النتيجة سـتكون ظهـور الخـوف مـن الاتساخ لديه، وقد يـتعمم هـذا الخـوف ليـصبح خوفًـا مـن الفـوضى، ويعتمـد شـكل الخوف على الجانب الذي يوجه النقد إليه، فالأطفال الذين يُنتقدون بسبب فـاعليتهم أو نشاطهم قد يصبحون أطفالًا خجولين خوافين.

**الضبط والمتطلبات الزائدة:**

إن الأطفال الذين يعيشون في جو بيت يتسم بالضبط الزائد يمكن أن يصبحوا أطفالًا خائفين بشكل عام، أو أطفالًا يخافون من السلطة بشكل خاص، فقد يخافون من المعلمين أو رجال الشرطة أو ممن يمثلون السلطة .. أحيانًا يستخدم التخويف من قبل الأهل لحفظ النظام، أو لدفع الطفل لعمل معين، أو منعه من عمل معين كاللعب أو الضوضاء، وهذا التهديد هو مصدر كامن للمخاوف التي تعيق نمو الطفل، وهناك آباء ذوو متطلبات زائدة، لا يحتملون المخاوف المؤقتة التي تظهر لدى أطفالهم، ولا يتقبلونها، ونتيجة لتوقعهم أن يكون الطفل كما يريدون، فهم يوجهون النقد للطفل؛ لأنه يتصرف بشكل طبيعي، وتوقعات الآباء المبالغ فيها هي سبب قوي لخوف الأطفال من الفشل.

**الصراعات الأسرية:**

إن الجو المتوتر في البيت الذي تحدث فيه الصراعات المستمرة بين الوالدين أو بين الإخوة أو بين الآباء والأبناء يؤدي إلى شعور بعدم الأمن، والأطفال الذين لا يشعرون بالأمن يحسون بأنهم أقل قدرة من غيرهم على التعامل مع مخاوف الطفل العادية، وحتى المناقشات اليومية حول المشكلات المالية أو الاجتماعية يمكن أن تخيف الأطفال، وخاصة الحساسين الذين يشعرون بأنهم مثقلون بمشكلات الأسرة التي لا يستطيعون فهمها، ويسيئون تفسيرها باعتبارها مشكلات لا أمل في حلّها،



وتتضخم هذه المشاعر إذا أدرك الأطفال وجود ضعف في قدرة الآباء على مواجهة المشكلات.

**تقليد الخوف:**

يخاف الطفل عن طريق المشاركة الوجدانية لأفراد أسرته ومن يخالطهم في البيئة، كما يتعلم الخوف بتقليده لسلوكهم من خلال ملاحظته الخوف لدى الكبار أو الإخوة أو الرفاق، ومن المعتاد أن نرى لدى الأطفال شديدي الخوف واحدًا من الوالدين على الأقل لديه مخاوف شديدة، فمثلًا الأم التي تخاف من الكلاب أو المرتفعات قد يعاني طفلها من خوف مشابه، وبما أن الخوف يتم تعميمه، فإنه من المحتمل أن يطوّر الطفل خوفًا من أي شيء، وهناك بعض الأطفال أكثر عرضة من غيرهم للخوف بسبب وضعهم المزاجي العام؛ لذا فمن المتوقع أن يعاني أحد أطفال الأبوين الخوافين من حالة خوف شديد، بينما لا يعاني أشقاؤه من أية مخاوف، والمخاوف التي تكتسب عن هذا الطريق تمتاز بطول بقائها، وتقاوم العلاج والانطفاء بشكل خاص.

أبرز أنواع المخاوف عند الأطفال في سن ما قبل المدرسة:

من أهم المظاهر الانفعالية لهذه الفترة ما قد يعانيه الأطفال من مخاوف؛ ذلك أنها يمكن أن تكون أكبر عائق في سبيل نموهم الصحي السليم.



ومن أبرز هذه المخاوف، ما يلي:

**أ - الخوف من البقاء منفردًا في البيت:**

حيث يخاف الطفل أن يتركه أهله وحده في البيت، ولو تعمقنا في البحث عن سبب هذا الخوف، فإننا نرى أن معظم الكائنات الحية تستمد الإحساس بالأمان من مصدرين اثنين، هما القوة الشخصية، وولاء وقوة المحيطين أو الحلفاء، وهذه حال الطفل الصغير الذي لا حول له ولا قوة، وهو يستمد قوته من حلفائه الذين هم الأهل – طبعًا - في هذا المجال، وترك الطفل وحيدًا - ولو لوقت قصير - يجعله محرومًا من هاتين القوتين، فهو حتى إذا أراد الحصول على طعامه فسيجد نفسه غير قادر على ذلك، ويعتبر أحد علماء النفس الأمريكيين أن العزلة هي المصدر الأكبر للرعب في الطفولة المبكرة؛ أما إذا تُرك الطفل من قبل أمه بسبب ظروف عملها خارج المنزل، فلا خوف من ذلك، بشرط أن تمنحه المحبة الكافية، وتُشعره فعلًا بأنها تحبه، وألا تعامله كأمر واقع مفروض عليها، كما أن كل ما يطلب من الأم هو تأمين مأكله ونظافته وملبسه ووسائل التسلية والراحة، وقد يكون أهم من ذلك كله هو منح المحبة؛ فإذا مُنحت هذه المحبة بطريقة موضوعية ومعتدلة دون إفراط، ثم استُكملت بأن تترك الأم الطفل مع أناس موثوقين ومحبوبين من قبله، فإن ذلك لن يتسبب في مخاوفه، طالما أنه متأكد من أن أمه ستعود إليه في وقت محدد.



كما أن بعض الأهل - وعلى غير علم - يزرعون الخوف من البقاء في البيت وحيدًا في نفوس أطفالهم، وكأنه عقاب لهم؛ كأن يقول أحد الوالدين للطفل: إن لم تكف عن عمل ذلك سوف أتركك وحدك في البيت، وفي هذه الحالة تصبح مسألة الترك وحيدًا في البيت بالنسبة للطفل بمثابة التهديد المرعب، الذي ينطوي على العقاب ، والعقاب غير محبب؛ لأن المقصود فيه الإيذاء والإيلام، ولذلك ينصاع الطفل للأوامر بمجرد تهديده بهذا الأمر المرعب، وهو البقاء وحده في البيت.

**ب - الخوف من الحيوانات:**

هذا النوع من الخوف مشترك عند معظم الأطفال، وتتضاءل حدته مع نمو عقل الطفل، ومع فهمه لطبيعة بعض الحيوانات، وخاصة الأليفة منها، وتوطيد العلاقة بها، لكن قسمًا كبيرًا منهم ترافقهم هذه المخاوف حتى مرحلة النضج والرشد، فيبقى خوفهم من الحيوانات الصغيرة والكبيرة المتوحشة منها والأليفة، وينشأ لدى الأطفال في سن ما قبل المدرسة خوف من الحيوانات، وخاصة القطط والكلاب، وليس ثمة سبب للسخرية من طفل مرتعب أو إكراهه على الاقتراب من كلب حراسة مزمجر ومكشّر عن أنيابه، ويثبت من التجارب أن تعويد الطفل على ملاطفة الكلاب وإطعامها بصورة تدريجية؛ حيث نقدم جراءً للطفل كي يلعب معها، ومساعدته بالتدريج وبمعدله الخاص على التعرض لكلاب أكبر فأكبر بالتدريج؛ حتى يكتسب مزيدًا من الشجاعة، فالتعامل مع هذه الحيوانات كمخلوقات



ضعيفة، وهو القوي الذي يقدم لها العون والحب والرحمة؛ لكونها ضعيفة، يؤدي إلى الألفة المطلوبة بين الطفل والحيوانات؛ ومن ثم يزال الخوف من نفسه، وتُستبدل المشاعر بنقيضها.

**ج - الخوف من الظلام:**

إن خوف الطفل من الظلام بدرجة معقولة خوف طبيعي؛ لأنه يجعله يعيش في المجهول، فلا يمكنه التعرف على ما حوله، فيخاف الاصطدام بشيء ما، أو الإصابة من شيء ما يعترضه؛ أما الخوف المبالغ فيه من الظلام لارتباطه بذكريات مخيفة كالغولة والعفاريت والجن واللصوص، فإنه خوف مرضي، لا يستند إلى أساس واقعي، ومن الصعب ضبطه أو التخلص منه أو السيطرة عليه.

وكثير من القصص التي يسمعها الطفل في الأماكن الساكنة التي يحيط بها الغموض والظلام سيؤدي إلى ربط الظلمة بالغرائب والمعجزات، لا سيما إذا كان الطفل ينام وحده في غرفة مظلمة، فيشطّ خياله، وتقوده الوحدة والظلمة إلى تلك الأقاصيص التي كان مسرورًا لسماعها في النهار، ونتيجة لخياله الواسع، فقد يرى الأشكال أشباحًا، فيخاف منها، كما أن خوف الأهل من الظلام ينقل العدوى إليه عن طريق الإيحاء، كذلك عملية التخريف التي يمارسها الأهل والإخوة الكبار بطريقة المداعبة، وخصوصًا أثناء الظلام، كما أن كثيرًا من الأهل يقومون بتعليم أطفالهم الخوف من الظلام، فعندما ينام الطفل في غرفة وحده يطفئ المصباح، وعندما يشعر

بألم أو بحاجة ما سيصرخ طالبًا أمه، وستهرع لنجدته وتضيء النور لمرد وصولها إلى غرفته، وتقوم بمواساته بحنته، فيحدث الإشراط بين وجود الأم ورعايتها وبين الإضاءة، ويُعلّم الطفل الخوف من الظلام، ومن الأفضل في هذه الحالة، ولتجنب الإشراط أن تدخل الأم إلى الغرفة دون إضاءة النور، وتعيد الاطمئنان إلى الطفل، حتى إذا تأكدت من زوال المشكلة يمكنها إضاءة النور.

وقد يتعلم الطفل الخوف من الظلام بسبب رؤيته لأفلام الرعب الليلية في التلفزيون؛ لذلك يجب تجنيبه هذه المواقف؛ وكذلك يجدر بالآباء مناقشة الأطفال حول الظلام، وإقناعهم دون إصرار أو إرغام بأن الظلام لا يدعو إلى الخوف، وعندئذٍ يجب تدريبهم على النوم في الظلام، ويتم هذا تدريجيًّا، كما يجب طمأنة الطفل أنه لن يصيبه مكروه لو استيقظ ليلًا وذهب إلى دورة المياه، وإرشاده كيف يمكنه إضاءة الجرة أو دورة المياه، ثم إطفاؤها ثانية، ويمكن أن يزود الطفل ببطارية توضع قرب سريره للغرض نفسه، وهكذا بالتدريج يمكنه التخلص من هذا الخوف.

**د - الخوف من المدرسة (الروضة):**

عندما يبلغ الطفل الرابعة من عمره يكون على قدرٍ كافٍ من النضج، ويجب تسجيله في رياض الأطفال، وإن رفض الطفل الذهاب إلى الروضة ليس أمرًا نادرًا، فكثيرًا ما يحدث هذا الأمر، والسبب يعود في ذلك إلى أن الطفل لم يتعود الانفصال عن أمه، وخصوصًا الأم التي تهتم بالطفل كثيرًا،



والتي تكون متعلقة به، فالطفل يخاف من الانفصال عن أمه ومنزله في حقيقة الأمر، وليس السبب هو الخوف من المدرسة بحدّ ذاتها. إن الأطفال الذين يكشف سلوكهم عن خوفهم في أول يوم لهم في الروضة ليسوا بالضرورة سيئي التكيف؛ فبعض الأطفال الذين لا يبكون ولا يتشبثون بأمهم أكثر من هؤلاء الذين يفعلون هذا، وإن أول تعبير عن الخوف لا يشير بالضرورة إلى صعوبات في المستقبل، وتكرار التعبير عن الخوف لا يثبت بالضرورة أن الطفل خائف بصفة خاصة، فعادة ما يتلاشى التعبير الصريح عن الخوف مع نمو الطفل؛ لذلك يجب على الأهل ألا يصرون على الطفل أن يعود إلى الروضة؛ وإلا فإن المشكلة ستتفاقم وتصبح صعبة، وستحتاج إلى جهود كبيرة للقضاء عليها، فمن الممكن أن تكون الأم هي السبب في خوف الطفل من الذهاب إلى الروضة؛ لسبب غير مباشر - لانزعاجها من انفصالها عن طفلها - وعندها لا تكون العلّة في الطفل وإنما في الأم، كذلك من الأسباب التي وراء خوف الطفل الضعف العقلي، أو الضعف في الحواس؛ كعدم القدرة على سماع الدرس إذا كان الطفل يعاني من مشكلة سمعية، أو عدم القدرة على رؤية السبورة لضعف البصر، وقد يكون السبب في الاعتماد الزائد على الأهل، أو توتر الطفل؛ نتيجة المواقف الأسرية الخاطئة؛ كالحماية الزائدة أو النبذ أو طلب الأهل من الطفل أكثر من طاقته في الدراسة، كذلك التهديد من قبل المعلمة بوضع الطفل



الكسول في غرفة الفئران، وغير ذلك؛ كل ذلك يؤدي إلى رفض المدرسة والخوف منها.

**هـ - مخاوف أخرى:**

ومن أنواع الخوف الأخرى الخوف من الموت، ويحدث للأطفال نتيجة موت عزيز على قلوب العائلة أو موت طفل يعرفه، ويمكن أن يمتد هذا الخوف لكل ما له علاقة بالموت كالمقابر ولواحقها، وكون ظاهرة الموت غامضة وغيبية على الطفل؛ فإنها تبعث الخوف في نفسه، كذلك هناك مخاوف مؤقتة تختفي مع تقدم الطفل في النمو؛ كالخوف من الظواهر الطبيعية والضوضاء والعواصف، والخوف من الأخطار المتوهمة مثل الأرواح والغيلان.

وهناك نوع من الخوف عند الأطفال العاطفيين من ذوي السلوك الهادئ والإحساس المرهف، هو الخوف على صحة الآباء، فالآباء الذين يبدون أمام أطفالهم قلقين وضعفاء وعاجزين، يسهمون بدرجة كبيرة في مخاوف أطفالهم، كذلك هناك الخوف من الحديث أمام الناس، وخصوصًا المعلمين، ويشتكي الأهل من هذه الظاهرة، فالأطفال يتمتعون بطلاقة الحديث في المنزل، بينما في الحضانة لا يجيبون عن أسئلة المعلمة، ويرتعدون خوفًا منها، ويتلعثمون أمامها، وفي هذه الحالة يمكن التغلب على الخوف بتعويد الطفل على القراءة منفردًا وبصوت عالٍ، والوقوف أمام المرآة وفي



الطبيعة أو أمام الأهل، والقيام بإلقاء قصيدة أو كلمة قصيرة بطريقة خطابية، وهكذا يتخلص الطفل من خوفه هذا.

**الطفل الجبان الخواف:**

تشير الدراسات والأبحاث الحديثة إلى أن الأم والأسرة هي التي تزرع الخوف في طفلها، وأن الطفل الخواف أو الجبان هو الطفل الذي تحيطه الأم بالعديد من المخاوف التي تنتقل إليه، فقد أثبتت دراسة أجريت بمركز الأبحاث الاجتماعية بفرنسا أن نسبة ٧٣ % من الأطفال الذين يعانون من الخوف يتعامل آباؤهم معهم - خاصة الأم - بحرص شديد وقلق مستمر، كما أن القلق الزائد والرعاية الشديدة من الوالدين تنمي لدى الطفل الخوف من المواقف المختلفة.

**كيف تعرف أن ابنك ضعيف الشخصية؟:**

يسعى الأب والأم دائمًا لتربية أبنائهما بشكل صحيح، وتشكيل شخصياتهم بطريقة متزنة، تتحول عندما يكبرون إلى القوة والثبات اللازمين للنجاح في الحياة، إلا أن هذه المحاولات لا تنجح دائمًا، ويعاني عدد غير قليل من الأطفال من ضعف أو اهتزاز في الشخصية منذ الطفولة، ويظلون يعانون منه على مدار أعمارهم.

يؤكد الخبراء أن ضعف شخصية الطفل يظهر بعد أن يكتسب الطفل القدرة على الكلام والتعبير عن الرفض أو القبول، ولا يعد هدوء الطفل



دليلًا عـلى ضعف الشخـصية؛ لاعتقـاد بعـض الآبـاء خطـأ أن عـدم صراخ الأطفـال أو

نشاطهم وقت اللعب في السنين الأولى دليل على ضعف الشخصية.



**المؤشرات الحقيقية لضعف شخصية الطفل:**

**١- عدم القدرة على الرفض:**

معظم الآباء يعتقدون أن الطاعة هي عدم النطق بكلمـة "لا" مطلقًـا،

فعليك عزيزي الأب تـوخي الحـذر؛ فعنـد إلقـاء التعلـيمات عـلى أطفالـك

يجب أن تكون مصحوبة بمبررات المنع المقبولة، وإذا لاحظت قبول طفلـك



والإذعان لكل أوامرك دون إبداء أي اعتراض؛ فذلك دليل على بوادر ضعف الشخصية.

**٢- ضعف القدرة على إظهار المشاعر:**

مشاعر الحزن والفرح أو الإحباط كلها تظهر ببعض التعبيرات الجسدية أو اللفظية بعبارات تدل على ما يشعر به طفلك، لكن إذا ظهر طفلك غير قادر على التعبير عن فرحته؛ فهذا مؤشر على ضعف قدراته التعبيرية، التي من شأنها أن تعبر عن ملامح شخصية إنسانية قادرة على التفاعل بإيجابية.

**٣- المبالغة في الخوف على مشاعر الآخرين:**

الإحساس بالآخرين والحفاظ على مشاعرهم شيء محمود، لكن إذا فاق الوضع الحد المسموح يدل على شخصية طفل ضعيفة، ويظهر ذلك في قبول طفلك الإهانة من شخص آخر؛ بل ويحافظ على مشاعره ويطيب خاطره، ويظهر ذلك واضحًا في المدرسة، وغيرها من الأماكن التي يحتك بها طفلك مع زملائه.

**٤- صعوبة التركيز في عيون الآخرين**

تجد طفلك دائمًا لا يركز في عين أو وجه من يتحدث معه، حتى لو كان أستاذه في الفصل، وعند التحدث إليك تكون نبرة الصوت متذبذبة وخافتة، وهذا ينم عن خوف غير مسبب من مواجهة الآخرين، ودليل على شخصية ضعيفة تتوقع الضرر بدون أسباب.



**نصائح للتعامل مع الطفل ضعيف الشخصية:**

- قلل من كلمات التـوبيخ والتقليـل مـن الـذات، واسـتبدلها بكلـمات تـدعم نفسيته، وتشعره بحسن أفعاله.
- لا تلجأ إلى صيغة الأمر كثيرًا مع طفلك، ودائمًا اطلب منه أن يختار، وساعده في الاختيار، دون أن تقلل من الشيء الذي أقبل عليه.
- شارك طفلك بعض أوقاته، وتحدث إليه عن بعض الـنماذج الناجحـة؛ حتـى ترسخ قيمة النجاح والتعبير عن الذات من خلال هذه القصص.

**كيف نخفف من مخاوف الطفل؟:**

- الحرص على أن يكون سلوك المحيطين بالطفل متّزنًا خاليًا من الهلع، والفزع في أي موقـف مـن المواقـف الـصادمة والمـضطربة، وعـدم مناقـشة الأمـور الحساسة، والتي تنطوي على قدر من الغضب، والحزن، والخـوف، والـضرب أمام الأطفال.
- إشباع حاجات الطفل النفسية مـن قبيـل إشـعار الطفـل بالـدفء، والمحبـة والأمن والطمأنينة، ومزج ذلك بدرجة معقولة من الحزم.



- ينبغي عدم مخادعة الطفل في إخفاء خوفه، من قبيل مساعدته على نسيانه؛ فالنسيان يدفن المخاوف في النفس، ثم يصبح مصدرًا للقلق، والاضطراب.
- تنمية روح الاستقلال، والاعتماد على النفس لدى الطفل، دون خداعه كلما أمكن.
- توفير محيط عائلي هادئ، يشبع حاجات الطفل النفسية والانفعالية والجسدية والمعرفية.
- مساعدة الطفل على مواجهة المواقف التي ارتبطت في ذهنه بمواقف الخوف؛ وذلك بتشجيعه دون إكراهه، أو زجره أو نقده.
- تعليم الطفل الخوف البناء، في تغذية إيمانه بالله، وتنمية شخصيته، وتعويده احترام النظام.
- إبعاد الطفل عن مثيرات الخوف؛ كأفلام الرعب والأفلام البوليسية والإجرامية، والمآتم، والجنائز، والقصص المخيفة ... إلخ.
- تشجيع الطفل على اكتساب الخبرة والممارسة والتجريب في القيام بالخبرات السارّة غير المخيفة؛ حتى يعتاد على التعامل مع مواقف الحياة، ولا يهابها أو يخاف منها.
- عدم المبالغة في الخوف على الطفل والتدليل المفرط.



✍ الخوف الطبيعي المعقول مفيد لسلامة الفرد أيًا كانت سنّه؛ أما الخوف المبالغ فيه، فهو يضر بشخصية الفرد وسلوكه.

**الوقاية من الخوف:**

إن مخاوف الأطفال تتكون أغلبها باستثارة البيئة لانفعالات الخوف وتكراره، وفيما يلي بعض القواعد التي يجب مراعاتها لوقاية الأطفال من الخوف

**أ - تهيئة الطفل للتعامل مع التوتر:**

ينبغي أن تكون مرحلة الطفولة فترة تهيئة مستمرة للتعامل مع المشكلات المختلفة وخاصة التوتر، وأن تتضمن الكثير من التطمين والتوضيح، والتحذير المسبق من المشكلات المختلفة والمحتملة، ويجب أن تنمي في الطفل الخبرة والممارسة والتجريب في القيام بالخبرات السارة غير المخيفة؛ حتى يعتاد أن يتعامل مع مواقف الحياة؛ ليشعر بالأمن والطمأنينة، ويستخدم الأطفال اللعب للتدريب على التعامل مع المشاعر والحوادث، فاللعب هو الطريقة لتعلم كيفية التعامل مع الخوف، والتعبير عن المخاوف يؤدي غالبًا للتحرر منها، فألعاب الماء مثلًا تؤدي إلى ألفة الطفل للماء، والألعاب الإيهامية تساعد الأطفال من جميع الأعمار على تجريب طرق بناءة ومرضية للتعامل مع المشاعر الجديدة، وما يرافقها من توتر، وتكون هذه الألعاب فعالة جدًّا عندما تكون الصدمات متوقعة، ويكون الأطفال مهيئين لها بشكل مناسب، كما أنه يمكن أن تجرى مناقشات حول الخبرات



الصادقة، ويمكن لصغار الأطفال أن يقوموا بتمثيلها في لعبهم، ويمكن أيضًا استخدام كتب الأطفال التي تصف تعامل الأطفال الإيجابي مع حوادث، مثل العمليات الجراحية أو موت أحد الأقارب أو طلاق الأبوين ... إلخ، فالقاعدة العامة هي تنمية أساليب جريئة وفعالة لدى الطفل في تعامله مع البيئة، كما ينبغي تجنب الحماية الزائدة، وتشجيع التعامل الفعال مع موضوع الخوف، وليس من المفيد تجاهل حالة الخوف، أو إبعاد موضوع الخوف، أو إجبار الأطفال على دخول الموقف المخيف؛ بل يجب أن يُعلّم الأطفال إتقان العمل، واتخاذ الحيطة والحذر وليس الخوف.

**ب - التعاطف ودعم الأطفال:**

إن إدراك الأطفال أن آباءهم متفهمون ومساعدون يجعلهم يشعرون بأنهم أكثر قدرة على التعامل مع المواقف المخيفة، ويساعد الحب والاحترام في نمو الشعور بالأمن لدى الطفل، بعكس التهديد أو النقد المستمر، ويسهم التعاطف في فهم أفكار الطفل ومشاعره ومشاركته فيها، وعندما يعبر الأطفال عن مشاعر الخوف أو الاضطراب؛ فإن على الآباء أن يكونوا متقبلين، وأن يمدوا يد العون لأطفالهم؛ لأن الأطفال يحتاجون غالبًا إلى مساعدة في فهم استجابات التوتر وتفسيرها، وأية فكرة أو حادثة تخيف الأطفال يجب أن تناقش معهم في أقرب وقت ممكن، وينبغي أن تصحح المناقشة ميل الطفل للمبالغة، أو لتشويه فهمه لسبب الخوف أو معناه، كما أن فهم الطفل ونمو مقدرته على التعامل مع الخوف يجب أن يمتدحا.



إن استجابة الخوف يجب ألا تستخدم لمعاقبة الطفل أو ضبطه، فما زال كثير من الآباء يقولون لأطفالهم جملًا مثل: (إذا عملت هذا مرة أخرى فإن وحشًا سيختطفك)، إن مثل هذه التهديدات تجعلهم يحسون بعدم الأمن، وهذا يصدق بشكل خاص على الأطفال دون السادسة من عمرهم الذين ما زال تمييزهم بين الحقيقة والخيال ضعيفًا، وينبغي أن يتم التعبير عن الخوف وليس تجاهله أو السخرية منه، فالأطفال يحتاجون إلى طمأنينة حول مخاوفهم من موضوع كالموت مثلًا، ويجب الانتباه إلى أن الاهتمام المبالغ به لا يساعد، والحماية الزائدة لا تعطي الأطفال فرصة لكي تتكون لديهم الكفاءة، ويشعرون بها أكثر فأكثر.

**ج - التعرض المبكر والتدريجي للمواقف المخيفة:**

يحتاج الطفل إلى أن يخبر بشكل تدريجي الأفكار أو الحوادث الجديدة المخيفة، أو التي يحتمل أن تكون كذلك؛ فمثلًا عملية التوقف عن إضاءة الغرفة في الليل أمر إيجابي، ولكن يجب أن يتم ذلك عن طريق خفض الضوء بشكل تدريجي ليلة بعد أخرى، أو إغلاق الباب على نحو متزايد في كل ليلة؛ حتى يشعر الطفل بالارتياح للنوم في الظلام، كما ينبغي اصطحاب الطفل في زيارات لعيادات الأطباء، وأطباء الأسنان قبل أن يحتاج إلى فحص أو معالجة؛ كي يشاهد ما يحصل في هذه العيادات، ويزود بمعلومات يجدها مثيرة، وأن يشاهد طفلًا سعيدًا يعالج دون خوف؛ ولأن الأطفال نشطون ولديهم الكثير من الطاقة، يمكن أن يُشجعوا ليلعبوا بدمى



الحيوانات ويرمونها حولهم؛ فالمواجهة التدريجية التي تتم عندما يكون الطفل مرتاحًا يؤدي إلى إشراط الطفل بشكل بطيء؛ بحيث يتعامل مع المخاوف البسيطة، ثم ينتقل لمواجهة مواقف أكثر خطورة؛ فمثلًا إن مشي الطفل في ممر طويل، تكون فيه الإضاءة خافتة، يعطيه تدريبًا على مواجهة المخاوف، ويمكن أن يرافقه أحد الكبار في البداية، أو أن يستخدم مصباحًا يدويًّا، ثم يتم تخفيض الدعم شيئًا فشيئًا بصورة تدريجية.

**د - التعبير عن المشاعر ومشاركة الآخرين بها:**

عندما يجد الطفل أن هناك من يشاركه في مشاعره في الجو الذي يعيش فيه؛ فإنه يتعلم أن الهموم والمخاوف هي أمور مقبولة، ولكن يجب عدم المبالغة في ذلك؛ كأن يشارك الطفل الراشدين في مشاعرهم وأفكارهم؛ وإنما التحدث عن المخاوف الواقعية التي توجد لدى الجميع، ويمكن القول إنه من الأفضل للطفل - كقاعدة عامة - أن يعبّر عن مخاوفه وقلقه بصراحة وانفتاح بدلًا من أن يخفيها؛ لأن الأطفال الذين يتعرضون للسخرية والنقد، ويضطرون إلى إخفاء مخاوفهم، يحرمون أنفسهم من أفضل طريقة لمجابهة هذه المخاوف بنجاح، والأطفال الذين يرون الراشدين يعبّرون بشجاعة عن مخاوفهم؛ يقلل ذلك من غموض المخاوف، ومن إحساس الأطفال بالذنب حيالها؛ كأن يقول الراشد: إن هذا البرنامج كان مخيفًا فعلًا، كان يبدو حقيقيًّا إلى درجة أنني شعرت بالخوف من أن تكون سفينة الفضاء في ساحة بيتنا، ولا شك أن هذا الشعور سيبقى عندي

فترة .. هذا يساعد الطفل على فهم الخوف؛ وبذلك لا يشعر بأنه منفرد في مشاعره، أو أنه خوّاف وجبان، وأن من الضروري الإصغاء لمشاعر الأطفال باحترام؛ فهم يحتاجون ويستحقون بعض التعاطف مع مخاوفهم؛ مما سينعكس بدوره بشكل إيجابي على النمو النفسي للطفل.

**هـ - تقديم نموذج للهدوء والتفاؤل والاستجابة المناسبة:**

إن معظم المخاوف مكتسبة، والأطفال لا يولدون خوافين؛ بل إنهم يتعلمون الخوف من البيئة المحيطة والأفراد الذين يعيشون معه ، لاسيما الوالدين؛ فالأطفال يبدون استعدادًا قويًّا لاكتساب مخاوف والديهم؛ فمثلًا إذا لم يتغلب الوالدان على مشكلة خوفهما من الموت؛ فإن الأطفال أيضًا سوف يتعلمون بسرعة الخوف من الموت، ومن المفيد أن يستمع الأطفال إلى عبارات، مثل: (إن الموت كالولادة جزء من عملية الحياة)، أو (كل إنسان فان ... وهكذا)، وكثير من الآباء يناقشون مفاهيم دينية مع أطفالهم؛ لمساعدتهم على فهم الموت وغيره من الحوادث، وينبغي ألا تناقش المخاوف باستمرار، مع أن الإقرار بوجود المخاوف، واتخاذ موقف شجاع نسبيًّا حيالها يقدمان مثالين جيدين يحتذي بهما الأطفال؛ كما يجب تجنب تكرار التأكيد على الجوانب السلبية في المواقف، (ماذا لو؟) كما يحصل في بعض الأسر؛ حيث يتكرر ذكر الأمور السيئة التي يمكن أن تحدث للناس، ويتردد ضمن جو الأسرة مبدأ "وراء كل خير يكمن شرّ



مرتقب" .. إن مثل هذا الجو سوف يؤدي إلى تنمية اتجاه من الخوف والقلق؛ فالتشاؤم ينتقل بالعدوى، بينما التوجه الهادئ المتفائل نسبيًّا يمكّن من التعامل مع الخوف بشكل جيد، ودون استجابات مبالغ فيها.









# الفصل السابع

# الطفل الانطوائي



**الشخصية الانطوائية:**

كثيرًا ما نسمع أن فلانًا انطوائي، وآخر اجتماعي، وعادة ما تصاغ كلمة الانطوائية في جملة سلبية، تاركة انطباعًا لدى المستمع بأن الشخص الانطوائي إما أن يكون مريضًا أو به علة، وفي الحقيقة هو ليس كذلك.

الانطوائية والاجتماعية هما سمتان للشخصية، تكوّنان التركيبة العامة لشخصية الإنسان، إضافة إلى الأبعاد الأخرى التي تساهم في بناء شخصيته؛ فطبقًا لاختبار ونظرية المايرز بريجز للشخصية؛ فإن الانطوائية والاجتماعية هما البعدان اللذان يحددان مصدر استمداد الطاقة لدى الإنسان؛ فعلى سبيل المثال، الشخص الانطوائي - أو كما يطلق عليه أحيانًا الانفرادي - يستمد طاقته من خلال تواجده مع نفسه بكل الوسائل والأنشطة الممكنة؛ من قراءة وتفكير وتحليل وتأمل؛ بينما الشخص الاجتماعي - ويطلق عليه أيضًا الانبساطي - فهو يستمد طاقته من خلال تعامله مع الناس، بحيث يمثل الناس له مصدر طاقة وحيوية.



النتيجة هنا أنه لا توجد سمة أفضل من الأخرى، ولا يجوز أن نطلق حكمًا على أية شخصية بأنها تعاني من مشكلة، بمجرد أن الشخص يفضل الاختلاء بنفسه؛ فالشخص الانطوائي يمكن أن يكون انطوائيًّا أمام الغرباء؛ ولكنه مع أفراد أسرته اجتماعي، وهذا طبيعي؛ لأنه يعرفهم وهم يعرفونه، وقد تعودوا عليه، ولا يطلقون عليه أحكامًا كما يمكن للشخص الغريب أن يفعل معه؛ ولكن بسبب طبيعة التكوين الشخصي؛ فإن معظم الناس يميلون أو يُفضلون جانبًا واحدًا من هذا البعد في شخصياتهم؛ إما الانطوائية أو الاجتماعية، بمعنى أن أحدهما يسيطر على الآخر في معظم المواقف.

من صفات الشخص الانطوائي أنه عندما يكون متعبًا يُفضل أن يبقى بمفرده وليس مع الناس؛ كما يصفه الآخرون بأنه منعزل وهادئ، ويصعب عليهم معرفته عن قرب؛ لأنه عادة ما يكون كتومًا، وهو يفكر قبل أن يتحدث، وعادة يكتب ما يريد أن يقول إذا كانت لديه مقابلة رسمية، وهو من النوع الذي يُفضل أن يحتفل بمناسباته الخاصة مع شخص أو شخصين مقربين جدًّا، كما يشعر بالضيق عندما يكون محط أنظار الناس، ولا يرتاح عندما يتواجد في مجموعات كبيرة، وإذا نظرنا إلى علاقاته؛ فهو يكتفي بأصدقاء معدودين ومقربين؛ كما أنه ينتبه إلى التفاصيل التي يغفل عنها الناس عادة.



وبشكل عام الشخص الانطوائي يكون خجولًا وهادئًا؛ لأن الانطوائية هي سمة من سمات الشخصية؛ فهي ليست بالشيء السيئ كما يظن معظم الناس؛ ولكنها تتحول إلى جزء سلبي في شخصية الإنسان عندما تكون عائقًا أمامه في النمو إلى درجة الارتباك والتوتر واضطراب نبضات قلبه؛ كأن تمنعه من التحصيل الدراسي والمشاركة الصفية، أو أن تمنعه من تعلم مهارات التواصل مع الآخرين، وينتهي به الأمر إلى فقدان الثقة بنفسه وإلى الاكتئاب؛ ورغم أن الكثير من الأطفال الانطوائيين يكبرون وهم مرتاحون؛ لأنهم بعيدون عن الناس، إلا أن هذا الشعور يتغير مع دخولهم سن الرشد؛ حيث يبدأ الشعور بالوحدة لديهم، وبأنهم أقل من غيرهم في المهارات الاجتماعية، وفي أحيان كثيرة يصاب الكثير منهم بالاكتئاب.

الاختلاط بالناس يتطلب مهارات اجتماعية، وقدرة على التعامل مع ضوضاء المحيط الذي يتواجد فيه الشخص، ولكن بالنسبة إلى الطفل الانطوائي؛ فهو يكون مشغولًا بحياته الذاتية، ويحتاج دائمًا إلى الهدوء؛ وحتى يستطيع الوالدان تحقيق التوازن في تربية الطفل الانطوائي؛ فهم يحتاجون إلى تذكير الطفل باستمرار بأن المهارات الاجتماعية مهمة للتعامل مع مواقف كثيرة في الحياة، مع الاحتفاظ بالخصوصية الذاتية، وأن الطفل - عاجلًا أم آجلًا - سوف يكون في مواقف تجبره على التعامل مع الناس بمفرده دون وجود الوالدين معه؛ كما أنه على الوالدين أن ينتبها إلى أن



الضغط على الطفل لتغيير شخصيته لن يجدي، إنما عليهما تشجيعه على أن يكون لديه معارف وأصدقاء؛ حتى لا يأتي عليه يوم ويشعر بالوحدة.

**شخصيات الأطفال:**

للأطفال شخصيات وأمزجة مختلفة، تختلف عن بعضهم البعض، ويظهر ذلك منذ الولادة؛ فهناك الطفل الهادئ، وهناك الطفل الزنّان .. بعض الأطفال يهابون المواقف الجديدة، والبعض لا يمانعون أن تسلط عليهم الأضواء، كل طفل يختلف عن الآخر، وإذا كنتِ تعتقدين أن طفلك صعب المراس، فكّري في أنه مميز، وصفاته تلك هي الأنسب لشخصيته.



دائمًا ما نفكر في الطفل المنغلق الذي لا يملك المهارات الاجتماعية؛ فهو لا يريد أن يلعب مع الأطفال الآخرين، ويفضل المشاهدة عن الاشتراك في اللعب، ويهاب المواقف الجديدة .. كل ذلك قد يكون صحيحًا؛ لكن تذكري أن ذلك الطفل المنغلق ينمي قدرات الاعتماد على النفس

والاستقلال؛ فهو ليس متسرعًا، ويأخذ ما يلزمه من الوقت ليقرر ماذا يفعل، تلك خصال جيدة قد يفتقرها الأطفال الآخرون، ليس هناك مزاج جيد وآخر سيئ؛ فكل طفل مميز، وتختلف متطلباته واحتياجاته عن البالغين حوله.



**هل طفلي انطوائي؟:**

يعاني العديد من الآباء والأمهات من مشكلة الخجل الزائد لدى أبنائهم؛ مما يجعلهم ملتصقين دائمًا بهم ومنطوين على أنفسهم، ولا يرغبون في التحدث أو الاختلاط بالآخرين، دعنا عزيزي القارئ نتعرف سويًا على أعراض وعلامات الطفل الانطوائي في الروضة أو المدرسة أو البيت، وأسبابها، بالإضافة إلى تقديم مجموعة من الطرق والنصائح العامة التي تساعد الوالدين على التعامل مع الطفل الانطوائي الخجول.



**سمات الطفل الانطوائي:**

عادة ما يختلف الأطفال عن بعضهم في صفاتهم وسلوكياتهم؛ فمنهم الهادئ، ومنهم المزعج اللحوح، ومنهم من يحب الهدوء، ويخاف من المواقف الجديدة، ومنهم من يحب تسليط الأضواء عليه، وغيرها من الصفات؛ وهنا سنتحدث عن الطفل الانطوائي في المدرسة أو الروضة أو البيت، والذي يجد عالمه الخاص في العزلة والجلوس بمفرده بدون مشاركة الآخرين.

قد يواجه أحدنا مشكلة في تعريف الطفل الانطوائي، أو قد تساور شخصًا ما الشكوك حول ما إذا كان طفله انطوائيًا؛ لذلك إليك أهم علامات الطفل الانطوائي وفوارقه السلوكية.





**أعراض الانطواء عند الأطفال:**

١- الحساسية الشديدة من النقد أو الزجر أو التوبيخ من الكبار على وجه الخصوص.

٢- الاعتماد التام على الاحتكاك ببيئة مغلقة مقتصرة على الوالدين فقط.

٣- عدم إفصاحه عن مشاعره الدفينة وأحاسيسه؛ بل يسعى إلى الكبت والصمت، والهروب إلى العزلة.

٤- يعمد الطفل الانطوائي والخجول إلى الابتعاد عن الأنشطة التي تحتاج إلى الثقة بالنفس؛ لنجده يتجنب الملاعب والمسارح وغيرها.

٥- يرتبط الطفل الانطوائي بشبكة محدودة من الأصدقاء، ولا يسعى لتكوين أي صداقات جديدة.

٦- يلجأ الطفل الانطوائي إلى اختيار الأنشطة الفردية كالرسم والقراءة، ويصعب عليه الاندماج في الأنشطة الاجتماعية.

٧- لا يندمج الطفل الانطوائي بسهولة مع المجموعة باللعب.

٨- يستسلم الطفل الانطوائي الخجول للكلمات والألفاظ السلبية التي يسمعها من قبل أهله أو أصدقائه، وتؤثر فيه بشكل كبير في المستقبل.



٩- يعاني الطفل الانطوائي من الخجل، والخشية من إبداء الرأي، وطرح الأسئلة المناسبة أو الاسترسال في الكلام؛ خوفًا من التورط بعلاقات جديدة.

١٠- الإفراط في مشاهدة التلفاز أو الألعاب الإلكترونية.

١١- التشاؤم واللا مبالاة.

١٢- قد يعاني الطفل الانطوائي الخجول من ضعف في التحصيل الدراسي.

١٣- الإحساس الدائم بعدم الثقة بالنفس.

١٤- عدم القدرة على التحدث بطلاقة أمام الناس.

**أسباب سلوك الطفل الانطوائي:**

لا بد من وجود دوافع وراء هذا السلوك الذي يختاره الطفل، ما يعني أن هناك أسبابًا تفسّر هذه الحالة، وتتحكم في سلوكه وأدائه.

يمكن إجمال أسباب انطوائية الطفل في النقاط التالية:

١- تعرُّض الطفل للحرمان في المأكل والمشرب والملبس ومكان النوم المناسب، وغيرها من الحاجات الأساسية.

٢- تعرُّض الطفل للحرمان العاطفي، من خلال غياب الحب والحنان والتعامل الرحيم مع الأبناء؛ كل هذا يتسبب في عزلة الطفل وانطوائه.



٣- تعرض الطفل للحرمان التربوي، من خلال عدم تهيئة الجو المناسب لتنمية قدرات الطفل العقلية والفكرية، من خلال الألعاب وغيرها، وهو ما يتسبب في شعور الطفل بحالة من الاكتئاب؛ ما يؤدي لاحقًا إلى انطوائه.

٤- مخاوف أحد الوالدين أو كليهما الزائدة على الأبناء، يشعرهم بالخجل الزائد والتعلق المبالغ فيه بالوالدين.

٥- عيوب الطفل الجسمانية أو المادية، مثل قصر القامة، أو ضعف الجسم، أو قلة المصروف، كلها أمور تتسبب في الخجل لدى الطفل وميله الدائم للعزلة.

٦- التدليل الزائد من قبل الوالدين للأطفال، وعدم إعطائهم زمام الأمور، على الرغم من قدرتهم على ذلك، وعدم محاسبة الطفل على الأفعال السيئة، كلها أمور تجعل الطفل يشعر بالخجل خارج المنزل، والرغبة في الانطواء.

٧- التعرض المتكرر لمواقف النقد، والقسوة من طرف الوالدين.



**كيفية التعامل مع الطفل الانطوائي الخجول:**

يسعدني أن أقدم للوالدين مجموعة من الحلول التي قد تكون مفيدة في سبيل تخليص الطفل من الخجل والانطواء:

١- يتوجب على الأسرة توفير الجو الهادئ لأبنائهم، بعيدًا عن التوتر والقلق؛ ليتيح ذلك للطفل فرصة بناء شخصيته بعيدًا عن المؤثرات السلبية.

٢- على الوالدين إعطاء أطفالهم قدرًا كافيًا من الحب والحنان والعطف، وعدم انتقادهم بتعريضهم للإهانة، خصوصًا أمام أصدقائهم أو أقاربهم.

٣- ابتعاد الأهل عن القلق الزائد تجاه أبنائهم، وإعطاؤهم مساحة من الثقة بأنفسهم وبقدراتهم.

٤- دمج الطفل في مرحلة مبكرة بالحياة الاجتماعية، من خلال استضافة الأقارب، أو حتى بدمجه في دور الحضانة.

٥- الحرص على مدح الطفل في حال قيامه ببعض الأعمال الإيجابية مهما كانت صغيرة؛ فهذا من شأنه بث الثقة في نفسه، ودفع مَن حوله من أطفال أيضًا إلى سلوكيات مشابهة.

٦- تنمية ثقة الطفل بذاته عن طريق التشجيع الدائم.

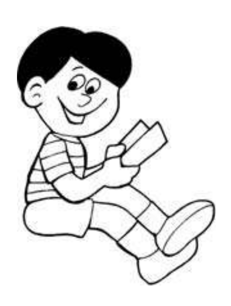


٧- على الأهل عدم التدخل إلا للضرورة في حالة وقوع شجار بين الأبناء أو بين الطفل وأقرانه.

٨- مصاحبة الوالدين للطفل، وتشجيعه على التفريغ والإفصاح عن المكبوتات الداخلية؛ فهذا يتحول إلى ما يشبه التمرين على التعبير، وعلى مهارات الاتصال.

**أثر البيئة:**

إن البيئة التي ينمو فيها الطفل تلعب دورًا أساسيًّا في تشكيل شخصيته، تلك الشخصية التي ستلازمه طوال حياته؛ فإذا عمل الأبوان على بنائها بشكل سليم يكونان قد منحا طفلهما تذكرة حضور مميز في حياته المستقبلية؛ أما إذا فشلا في بناء شخصيته وتطوير سلوكه؛ فإنهما يحكمان عليه بتحمّل المتاعب طوال عمره، فمهما كان شعور المرء بالخجل – طفلًا كان أم راشدًا - مزعجًا لمن حوله، إلا أنه هو من يدفع الفاتورة الكبرى؛ لأن الأذى الواقع عليه أكبر بكثير مما يقع على الآخرين.









# الفهرس







الموضوع الصفحة





الموضوع الصفحة





الموضوع الصفحة





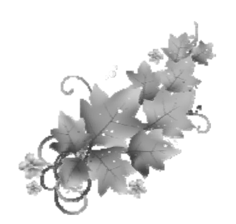
الموضوع الصفحة





الموضوع الصفحة





الموضوع الصفحة





الموضوع الصفحة





الموضوع الصفحة







الموضوع الصفحة










محمد خطاب

